

# 練馬 OLC インカレ直前練習会 募集要項(ver1.1)

要項発行日 2020年2月18日

主催：練馬 OLC

※会場の情報を更新しました。(黄色マーカー)

インカレミドル・リレー対策を目的として公開の練習会を開催します。直前の調整に利用ください。もちろん大学生以外の方の参加も歓迎いたします。

## 【開催日】

2020年3月4日(水) 雨天決行・荒天中止

## 【使用トレイン・地図】

「矢板高塩」縮尺 1:10,000、等高線間隔 5m

## 【会場】

高塩公民館(栃木県矢板市高塩171-1)になります。乗用車での来場を推奨します。難しい方は相談ください。

## 【役員】

運営責任者：新田見俊宣

競技責任者：青木俊之

コースプランナー：柴沼健

## 【練習メニュー】

- ミドルディスタンスコース

Emit 社製 E-card 利用

クラス	距離(目安)	対象
ME	4.5km	いずれも特に制限なし
MA	4km	
WE	3.5km	
WA	3km	
F	2.5km	

- マススタート
- サーキットトレーニング

詳細はプログラムにて公表します。

## 【スケジュール(予定)】

- 9:30 受付開始
- 10:00 受付終了、競技エリアに移動
- 10:30 ミドル、サーキット、マススタート実施
- 14:30 メニュー終了
- 16:00 会場閉鎖

## 【参加費】

参加費	
ミドルのみ	1500円
マイ E カード割引	-300円
マススタート	+300円
サーキット	+300円
マス+サーキット	+500円
当日参加	+800円

中止の場合も代金は返金できません。ご了承ください。

## 【申込】

Japan-O-entrY から登録してください。

<https://japan-o-entry.com>

参加申込締切：2/24(月・振替休日)

当日参加可能ですが、地図に限りがあります。当日参加希望の方は事前に問合せ先にメールください。

## 【シューズ販売】

当日株式会社ブライコンパスの協力でinov-8のシューズの試し履き・販売を行う予定です。(定価の25%引き)

## ◆ 問い合わせ先

新田見 俊宣 (にたみ としのり)

nerima.training@gmail.com