

## 2022年12月JOA スキーオリエンテーリング合宿 IN 黒姫 開催要項

2022.11.1 発行

主催： 公益社団法人 日本オリエンテーリング協会 スキーオリエンテーリング委員会  
協賛： アークコミュニケーションズ、かなめ測量、ニチレイ（すべて予定）

### 1.開催期日

2022年12月23日(金)～25日(日)

### 2.場所

- ・開催地 長野県上水内郡信濃町 黒姫高原 童話館スノーウエーブ  
<https://douwakan.com/snowwave>
- ・集合： 12月23日(金)10:00(予定) 童話館スノーウエーブ  
<https://goo.gl/maps/rE3CMHebSPR5kjis6>
- ・交通： 交通が不便ですので、自家用車での参加、同乗が便利です。公共交通機関で参加される方は、黒姫駅から送迎が可能です。
- ・宿泊： 黒姫高原カントリーペンション 森のシンフォニー  
<http://morinosymphony.sakura.ne.jp/>
- ・解散： 12月25日(日)15:00頃(予定)

### 3.内容

#### (1) 対象者

1. JOA スキーオリエンテーリング強化選手
2. スキーオリエンテーリング愛好家および一般参加者

#### (2) 目的

- ・クロスカントリースキー技術向上
- ・スキーオリエンテーリング：レース、ナビゲーショントレーニング、地図読みトレーニング
- ・体力・走力の向上
- ・スキーオリエンテーリングに関する情報提供と今後の活動計画（海外遠征含む）の策定

### **(3) トレーなどニングの概要**

#### ・メニュー（予定）

※クロカンコース管理棟（スノーウエーブ）にてクロスカントリースキーのレンタルが可能です。

※フッ素系ワックスの使用を禁止します。

1日目 クロスカントリースキー トレーニング、地図読みトレーニング

2日目 AM：クロスカントリースキー トレーニング

PM：スキーオリエンテーリング レース および 振り返り

3日目 AM：スキーオリエンテーリング トレーニング

マスタートレーニング、ナロートラック、ルートプラン、ランニングオブザバージョンなど（検討中）

PM：クロスカントリースキー トレーニング

### **4.参加費（予定）** ※若干の変更可能性があります。詳しくはプログラムで発表します。

・全日程（2泊6食）：強化選手 20,000円 一般 24,000円 大学生以下 22,000円

・12/24～（1泊3食）：強化選手 11,000円 一般 13,000円 大学生以下 12,000円

※12/23～1泊、あるいは単日参加についてはお問い合わせ下さい。

※12/23昼食については、森のシンフォニーで準備をお願いする予定（実費）。クロカンコース管理棟（童話館）では、感染防止のため食事が禁止されています。

### **5. 申込み**

#### ・E-mailによる申込み

氏名、年齢、性別、所属、住所、電話、E-mailアドレス、トレーニング希望日（12/23、12/24、12/25）、宿泊希望（12/23、12/24）、交通手段（車運転、車相乗、公共交通機関）

以上を kenchanayo0119■gmail.com（■=@）へ送信して下さい。件名は「12月JOAスキーO合宿申込み」。

※宿泊定員：約15名です。お早めにお申し込み下さい。

### **6. 申込締切**

2022年12月4日（日）

### **7. キャンセルについて**

体調不良等でキャンセルされる場合は、出来るだけ早く、問合せ先までご連絡ください。宿やトレーニングについては、出来る限りキャンセル手続きをしますが、実費が発生した場合は請求しません。

## 8. 新型コロナウイルス感染防御について

- ✓ 日本オリエンテーリング協会の2022年1月24日付け通達、「オリエンテーリング大会主催者・愛好家の皆様へ」に従って開催します。  
[https://www.orienteering.or.jp/events/covid-19\\_guideline/](https://www.orienteering.or.jp/events/covid-19_guideline/)
- ✓ 参加に際して、感染対策の徹底をお願い致します。37.5度以上の発熱がある方、咳、のどの痛みなどの症状があるかたなどは参加をご遠慮願います。
- ✓ 屋内およびトレーニングにおける選手同士の会話時のマスク着用、ソーシャルディスタンス確保、黙食など感染防止の行動の徹底をお願いします。
- ✓ 緊急事態宣言等により、国、都道府県及び管轄省庁（スポーツ庁）の指示、要請、ガイドラインが発令された場合には、その内容に沿った対応を取ります。合宿がキャンセルとなる可能性もありますので、ご注意ください。

## 9. その他の注意事項

- ✓ 万一の怪我等に備えて、健康保険証を持参ください。なお本合宿には、スポーツ傷害保険が付保されますが、補償には限度があります。

## 10. 問合せ

メールアドレス：kenchanayo0119■gmail.com（■=@）までお願いします。

合宿責任者：寺嶋一樹（JOA スキーO 委員）

