

2022 年度京都府オリエンテーリング協会生涯スポーツ指導者研修会
((公財)京都府スポーツ協会助成事業)

MTBO 講習会 ～トレーニング方法の紹介～

開催要項

1. 概要

日時 2023 年 2 月 19 日 (日)
場所 京都市下京区「梅小路公園」
主催 京都府オリエンテーリング協会 (主管: 朱雀オリエンテーリングクラブ)
講師 加納 尚子 氏 (朱雀オリエンテーリングクラブ、現 MTBO 日本代表選手)

2. 講習内容プロフィール

フリーソフトを活用した MTBO(マウンテンバイクオリエンテーリング)の実際のトレーニング方法を、実践も交えつつ紹介します。

持ち物: スマホ、練習用の自転車は貸し出しますが、ご自身の自転車を使っても構いません。

3. 詳細内容とタイムテーブル

14:00 開会

講習内容の全体説明

14:15 講義

MTBO の概要説明

MTBO の練習方法

練習に使用するソフト(CondesとNaviTabi)の説明

移動・休憩

15:00 実技研修

実際にNaviTabiを使用して梅小路公園周辺の道路をつかったMTBOを実施

16:30 質疑応答

17:00 閉会

4. 参加申し込み

Japan-O-entrY (<https://japan-o-entry.com/>) にて申込受付予定です。画面の指示に従ってお申し込みください。申込〆切日 2 月 12 日 (日) ※当日申込はありません

5. 参加費

社会人・大学生 (院生含む) : 500 円 高校生以下 : 無料

6. 募集人数

15 人程度

7. 交通

● 電車

- JR 嵯峨野線「梅小路京都西」駅下車すぐ
- 「京都」駅 (JR・地下鉄・近鉄) 中央口より塩小路通を西へ徒歩約 15 分

● 市バス

- 京都駅より: 205・110 系統、86・88 系統、208 系統
- 四条大宮より: 206・207・18・特 18・71・特 71 系統、58 系統
- 七条京阪前より: 110 系統、86・88 系統、208 系統、206 系統