

MTBO 講習会 ～競技、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) 14:00～17:00
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OK、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、自転車で動ける服装。練習用の自転車は貸し出しますが、ご自身の自転車、マップホルダー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で練習を実施(交代でMTBを使って走ります)

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。
申込み切日 2月17日(金)

5. 参加費

社会人・大学生(院生含む):500円 高校生以下:無料

6. 募集定員

定員なし。ただし貸し出し用バイクは3台、貸し出し用マップホルダーはハンドル径24mm用が3台、31mm用が4台です。

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