

2023年5月27～28日 強化合宿のご案内 (Bulletin 1.1)

WOC2005 のロングコースにチャレンジしよう！！

主催： 公益社団法人 日本オリエンテーリング協会 強化委員会

協力： 愛知県オリエンテーリング協会、岡崎オリエンテーリング協会、三河 OLC

協賛： 株式会社ニチレイ

1. 開催期日

2023年5月27日(土) ～ 28日(日)

2. 場所：愛知県岡崎市、新城市

- ・集合： 5月27日(土) 11:00頃 愛知県野外教育センター 体育館西側駐車場
- ・交通： 交通が不便ですので、可能な限り自家用車での参加、同乗を歓迎します。どうしても交通手段を確保できない選手には、運営者による送迎を行う予定です。
- ・宿泊： 愛知県新城市作手白鳥 ペンション やまぼうし
- ・解散： 5月28日(日) 15:00頃 (予定)

3. 内容

(1) 対象

WOC、JWOC 代表選手、強化指定選手、アドバンスト選手、一般参加者。

(2) 目的

WOC、JWOC の代表選手にとっては、大会までの準備期間において今回の強化合宿は大変重要な機会となります。それぞれのレベルに応じたテーマを決めて、充実した練習を行います。

□WOC 代表・トップ選手

- ・等高線・地形を意識するトレーニング
- ・ナビゲーション能力の向上を目指すトレーニング
- ・レース→振り返り、評価・課題認識

□JWOC 代表・一般選手

基礎技術を身につける

- ・等高線・地形を意識するトレーニング
- ・ナビゲーション基礎 (ルートチョイス・ルートプラン・CP・AP)
- ・コンパスワークによる直進精度向上、

・レース→振り返り・評価・課題認識

(3) 使用トレイン（予定）：5月27日：水別、28日：作手高原

27日はWOC2005のロングレースの男子選手権クラスのスタートから9番までを走るスペシャルメニューを練習に組み込みます。

(希望者はWOC2005の男子選手権、又は、女子選手権のロングフルコースを走ることも可能です)

4.費用

・トレーニング費用:

代表選手、強化選手	1,800 円/日	一般参加選手	3,800 円/日
アドバンスト登録選手	2,800 円/日	EMIT レンタル費用	300 円/日

・宿泊費 8,000 円 (2 食付)

5.申込み

Japan-O-Entry から申し込むこと。申し込み締め切りは5月15日(月)。

6.問合せ

メールアドレス kyouka@orienteer.jp までお願いします。

合宿責任者：稲葉英雄 (JOA 強化委員)

7. 体調管理

参加に際して、体調管理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。

8.その他

- ・合宿の約1週間前にプログラムを公開予定です。
- ・万一の怪我等に備えて、健康保険証を持参ください。応急処置は致しますが、アウトドアスポーツでもあり怪我のリスクはありますので、各自の責任でご参加下さい。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。

