

## シミュレーション練習会

シミュレーショントレーニングをやってみよう。

オリエンテーリングのレジェンド、ティエリージョルジュの父、マイケル氏著の **The Wining Eye** で述べられているサンティエヌメソッドを参考に練習会を開催します。

本の中で紹介されている練習とコンセプトを尊重しつつそれをアレンジした練習を行います。

今回は里山で行いますが、フラグを用いたり、オリエンテーリングコースを用意したりはしませんので悪しからずご了承ください。

サロンではコンセプトの説明を行いました。今回は練習実施のみとなります。以下の記事で簡単な説明をしていますが詳しくは成書をご覧ください。

[THE WINNING EYE と講習会のご案内: O-ピニオン \(seesaa.net\)](https://seesaa.net)

また、運動指導をご希望の方は練習会終了後、個別に対応します(有料)ので、メールでご連絡ください。

運動指導のコンセプトは以下のブログをご覧ください。

<https://ecare.seesaa.net/>

日時：2/10 10:00~13:00 (土) 雨天中止

2/11 10:00~13:00 (日) 雨天中止

2日間同じ内容。実施の可否は前日までに電話で連絡します。

場所：八国山緑地 西口広場 (西武園線西武園駅下車3分)

<https://maps.app.goo.gl/KxAotpoEfa8gfkRe6>

青空会場 トイレあり

内容：シミュレーション

MMRS、MAS 簡易測定

インターバル等

持ち物：コンパス、山道を走れる服装。

参加費：1500円 (学生 1000円)

定員：各 20名

連絡先：吉田 勉(JSPO オリエンテーリングコーチ2、理学療法士)

連絡先：[oriyoshi@ymail.ne.jp](mailto:oriyoshi@ymail.ne.jp)