

静岡 OLC 夏合宿 2024

みっちり2日間、オリエンテーリングの練習をしませんか？静岡県を脱出して三重県で開催予定です。夜は交流会も行います！奮ってご参加ください。

スケジュール：

8月31日(土曜日) 1日目 「蛇喰池」

- ～9:00 設置隊(学生)集合
- ～10:15 参加者集合
- 10:15～10:30 顔合わせ、練習内容の説明
- 10:30～13:00 グループ練習
- 13:00～13:30 昼食
- 13:30～15:00 各自練習
- 15:00～16:00 撤収
- 16:00～17:00 移動、宿泊チェックイン
- 18:00～19:30 振り返り
- 19:30～ バーベキュー(交流会)

9月1日(日曜日) 2日目 「霊山」

- 08:30 拠点集合
- 09:00～10:30 設置
- 11:00～15:00 まとめレース&練習
- 15:00～16:00 コントロール撤収
- 16:00 解散

集合場所：

詳細はプログラムにて参加者にご案内します。またテレイン付近にコンビニがあります。

予定している練習内容：

- 同じくらいの走力、レベルの集団を作り。指導者の走りを見て解説を貰う(逆ラン)、指導者に自分の走りを見てもらい指摘を受ける(ランオブ)
- 地図表記と現地の対比
- 地形を使ったルート維持やコンパスで直進しルート維持をする練習
- リロケート練習(連れてこられた位置で即座に現在地把握)
- まとめレース

宿泊・交流会：

<宿泊場所>

貸し切りです！

三重県伊賀市のキャンプ場「青山コテージ」は中部・近畿から好アクセス！

(aoyama-cottage.com)

<交流会(夜ごはん)>

貸し切りコテージでバーベキューです！

2日目の朝食・昼食は各自でご用意ください。宿から車で5分の位置にコンビニがあります

参加費：

静岡オリエンテーリングクラブ会員

参加費(1泊2日)	15,000円(※1)
参加費(日帰り)	2,000円(※2)

一般参加

参加費(1泊2日)	17,000円(※3)
参加費(日帰り)	3,000円(※4)

※1:学生は4,000円割引

※2:学生は無料

※3:学生は2,000円割引

※4:学生は1,000円割引

参加費は現地で集金します。参加者数によって参加費は多少変動いたします。ご承知おきください。

キャンセル料

8月20日(日曜日)まで なし

8月23日(水曜日)まで 参加1日につき1,000円

8月31日(木曜日)以降 参加費全額

キャンセル料は後日振込いただきます。

持ち物:

【全員共通】

- オリエンテーリングするためのウェア(藪やトゲもあるので長袖長ズボンなど肌を覆うものをおすすめします)
- オリエンテーリングするための靴(森の中では踏み抜きのリスクが高まります。ソールが厚く固いものをおすすめします)
- コンパス
- ホイッスル(緊急連絡用)
- 各自補給用水、軽い行動食
- マイカップ(練習拠点では飲み物を準備します)
- 保険証
- 2日間とも昼食(宿泊者は2日目昼食を2日目朝にコンビニにて調達できます)

【宿泊する方】

- ・宿泊に必要な衣類(アメニティは各自でお調べください)
- ・振り返り用のペン(赤青ボールペンや蛍光ペンなど)

移動について:

車がないとアクセスできない場所です。基本的には各自で現地まで来ていただくこととなりますが、「車がない」「不安だ」「静岡オリエンテーリング・クラブのメンバーと一緒に行動したい」という方はエントリーフォームの「その他」欄にその旨ご記入ください

参加方法：

エントリーフォームに必要事項をご記入の上お申込みください。
準備の関係上、8/4(日)23:59 までにお申し込みください。お申込みいただいた方には 8/21(日)頃に詳細案内を E メールにてお知らせします。

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSed5nf2mWGPGGXbw22eJ-B2KTPeYjoS7NiXrHvNfhQaYMnug/viewform?usp=sf_link

問い合わせ：

静岡オリエンテーリング・クラブ 井土まで、E メールにてお問合せください。
izuchi870@gmail.com