

2025年9月 JOAスキーオリエンテーリングサマーキャンプ
IN 長野 プログラム

2025.9.7版

主催：公益社団法人 日本オリエンテーリング協会 スキーオリエンテーリング委員会

1. 開催期日

2024年9月13日（土）～15日（月・祝）

2. 場所

- ・開催地 長野県下高井郡木島平村
- ・集合 木島平クロスカントリー競技場
- ・交通 自家用車のみ
- ・宿泊 長野県下高井郡山ノ内町

3. 内容

(1) 対象者

- I. JOAスキーオリエンテーリング強化選手
- II. スキーオリエンテーリング愛好家および一般参加者

(2) 目的

- ・ローラースキー強化：木島平サマーノルディック大会参加
- ・体力・走力の把握：木島平ノルディックマラソン大会参加
- ・ナビゲーション強化

(3) トレーニングの概要（予定）

9月13日（土） ・木島平サマーノルディック大会<フリー>

9:00-10:50 コースオープン

11:40-12:20 コースオープン一般女子

12:30- 一般女子スタート

13:00-13:40 コースオープン一般男子

13:50- 一般男子スタート

・各自昼食

・15:00 ローラー技術練習@木島平

・20:00 ルートプラン講習など@宿舎

9月14日（日） ・木島平サマーノルディック大会<クラシカル>

8:00-9:20 コースオープン

11:35-12:15 コースオープン男子

12:25- 一般男子スタート

・（大会参加者以外）ローラースキー練習（ヒルクライム）

・昼食@宿舎

・15:00 メモリーOなど@長峰スポーツ公園

・20:00 ミーティング@宿舎

9月15日（月・祝） ・木島平サマーノルディックマラソン大会

7:00 受付

9:00- スタート

・昼食@宿舎

・自主練習

4. 木島平サマーノルディック大会について

Webサイト：<https://www.vill.kijimadaira.lg.jp/articles/2025062600010/>

木島平サマーノルディック大会 一般男子10km、一般女子7.5km

木島平サマーノルディックマラソン大会 一般男子4km、一般女子4km

5. 持ち物

ローラースキー一式

ヘルメット

サングラス

マップホルダー

筆記用具

※各自熱中症防止予防対策をお願いします

6. キャンセルについて
体調不良等でキャンセルされる場合は、出来るだけ早く、問合せ先までご連絡ください。宿泊費やトレーニング費についてはできる限りキャンセル手続きをしますが、実費が発生した場合は請求します。
7. その他の注意事項
万一の怪我等に備えて、健康保険証を持参ください。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。
8. 問合せ
高橋：miwa■orienteering.com(■=@)