

2025 年12 月 JOA スキーオリエンテーリング強化合宿 IN ルスツ 要項

2025.11.24 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

共催：北海道オリエンテーリング協会

協賛：ルスツリゾートホテル&コンベンション、アークコミュニケーションズ、かなめ測量

1.開催期日

2025 年12 月 14 日(日) ～ 16 日(火)

2.場所

- ・開催地 北海道虻田郡留寿都村 ルスツリゾート
- ・集合： 12 月 14 日(日) 全日本スキーO スプリントリレー終了後集合(詳しくはプログラムに記載)
- ・宿泊： ルスツリゾート
- ・解散： 12 月 16 日(火) 15:00 頃 ※トレーニングは 14:30 頃終了予定

3.内容

(1) 対象者

1. JOA スキーオリエンテーリング強化指定選手
2. スキーオリエンテーリング一般参加者

(2) 目的

- ・海外遠征/世界選手権を目指す選手:国際大会に向けてのパフォーマンス向上、情報交換
- ・一般選手:スキーオリエンテーリングのパフォーマンス向上

(3) トレーニングの概要(全くの予定)

- ・メニュー(予定:積雪状況等により内容は大幅に変更となる可能性があります。)

12 月 16 日(日)

レース振り返り

ミーティング

12 月 17 日(月)

スキーO 技術トレーニング

ナロートラック・サーキット(登り下りのテクニックを磨く)

クロスカントリースキー・スキル向上メニュー

ミーティング

12 月 18 日(火)

レース形式

スキーO 技術トレーニング

ナロートラック・サーキット(登り下りのテクニックを磨く)

4. 合宿申し込み

参加希望者は、JOY から申し込むこと。

<https://japan-o-entry.com/event/view/2321>

※ 締め切り 2025 年 12 月 5 日(金)

5. 参加費

参加費は、当日集めます。

・全日程(トレーニング+宿泊 2 泊 4 食付)

代表・強化選手	45,000 円	一般	49,000 円	大学生以下	47,000 円
---------	----------	----	----------	-------	----------

※代表・強化選手・大学生以下の方には宿泊費の補助を検討しております。決まり次第、発表致します。

※参加人数等により、宿泊費、トレーニング費用が若干変更となる可能性があります。ご了承ください。

※昼食については、両日とも各自調達のこと。

※1泊のみの参加を希望される場合は、お問い合わせください。

・日帰り参加 ※上記の全日程参加を原則としますが、札幌周辺に居住しているなどの場合、日帰り参加を認めます。

代表・強化指定選手	4,000 円/日	一般	6,000 円/日	大学生以下	5,000円/日
-----------	-----------	----	-----------	-------	----------

※昼食については、各自準備のこと。

5. キャンセルについて

原則として、一度振り込まれた参加費については、いかなる理由においても返金はありません。

※運営上の都合もありますので、体調不良等都合により参加できない場合、速やかに問合せ先までご連絡ください。

6. 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。

7. 問合せ

メールアドレス:kenchanayo0119■gmail.com(■=@)までお願いします。

合宿責任者:寺嶋一樹(JOA スキーO 委員)

以上