

2022年12月JOA スキーオリエンテーリング合宿 IN 黒姫 開催要項

2022.11.1 発行

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
協賛： アークコミュニケーションズ、かなめ測量、ニチレイ（すべて予定）

1.開催期日

2022年12月23日(金)～25日(日)

2.場所

- ・開催地 長野県上水内郡信濃町 黒姫高原 童話館スノーウエーブ
<https://douwakan.com/snowwave>
- ・集合： 12月23日(金)10:00(予定) 童話館スノーウエーブ
<https://goo.gl/maps/rE3CMHebSPR5kjis6>
- ・交通： 交通が不便ですので、自家用車での参加、同乗が便利です。公共交通機関で参加される方は、黒姫駅から送迎が可能です。
- ・宿泊： 黒姫高原カントリーペンション 森のシンフォニー
<http://morinosymphony.sakura.ne.jp/>
- ・解散： 12月25日(日)15:00頃(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選手
2. 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

- ・クロスカントリースキー技術向上
- ・スキーオリエンテーリング：レース、ナビゲーショントレーニング、地図読みトレーニング
- ・体力・走力の向上
- ・スキーオリエンテーリングに関する情報提供と今後の活動計画（海外遠征含む）の策定

(3) トレーなどニングの概要

・メニュー（予定）

※クロカンコース管理棟（スノーウエーブ）にてクロスカントリースキーのレンタルが可能です。

※フッ素系ワックスの使用を禁止します。

1日目 クロスカントリースキー トレーニング、地図読みトレーニング

2日目 AM：クロスカントリースキー トレーニング

PM：スキーオリエンテーリング レース および 振り返り

3日目 AM：スキーオリエンテーリング トレーニング

マスタートレーニング、ナロートラック、ルートプラン、ランニングオブザバージョンなど（検討中）

PM：クロスカントリースキー トレーニング

4.参加費（予定） ※若干の変更可能性があります。詳しくはプログラムで発表します。

・全日程（2泊6食）：強化選手 20,000円 一般 24,000円 大学生以下 22,000円

・12/24～（1泊3食）：強化選手 11,000円 一般 13,000円 大学生以下 12,000円

※12/23～1泊、あるいは単日参加についてはお問い合わせ下さい。

※12/23昼食については、森のシンフォニーで準備をお願いする予定（実費）。クロカンコース管理棟（童話館）では、感染防止のため食事が禁止されています。

5. 申込み

・E-mailによる申込み

氏名、年齢、性別、所属、住所、電話、E-mailアドレス、トレーニング希望日（12/23、12/24、12/25）、宿泊希望（12/23、12/24）、交通手段（車運転、車相乗、公共交通機関）

以上を kenchanayo0119■gmail.com（■=@）へ送信して下さい。件名は「12月JOAスキーO合宿申込み」。

※宿泊定員：約15名です。お早めにお申し込み下さい。

6. 申込締切

2022年12月4日（日）

7. 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。宿やトレーニングについては、出来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せん。

8. 新型コロナウイルス感染防御について

- ✓ 日本オリエンテーリング協会の2022年1月24日付け通達、「オリエンテーリング大会主催者・愛好家の皆様へ」に従って開催します。
https://www.orienteering.or.jp/events/covid-19_guideline/
- ✓ 参加に際して、感染対策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。
- ✓ 屋内およびトレーニングにおける選手同士の会話時のマスク着用、ソーシャルディスタンス確保、黙食など感染防止の行動の徹底をお願いします。
- ✓ 緊急事態宣言等により、国、都道府県及び管轄省庁（スポーツ庁）の指示、要請、ガイドラインが発令された場合には、その内容に沿った対応を取ります。合宿がキャンセルとなる可能性もありますので、ご注意ください。

9. 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。

10. 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）

