



JOA U18-20 ジュニア強化指定選手キックオフミーティング

のご案内(Bulletin 1.1)

2026.04.13 版

主催：公益社団法人 日本オリエンテーリング協会 強化委員会

1. 開催期日

2026 年 5 月 3 日(日)9:30~16:00(予定)

2. 場所:東京アクアティクスセンター・辰巳の森海浜公園

- ・受付: 5 月 3 日(日)9:15~ (詳細は Bulletin2 にて指定)
- ・交通: 東京メトロ有楽町線「辰巳」駅下車 10 分
- ・解散: 16:00 頃 (予定)

3.内容

(1) 対象

U18-20 強化指定選手(選考会後に強化選手追加指定されたものも含む)

JWOC 代表選手、AsJYOC 代表選手、20 歳以下の一般参加者(日本代表を目指す意思がある選手)

(2) 目的・研修概要

今回のキックオフミーティングは U18-20強化指定選手との情報の共有、目標設定、年間スケジュール確認。アスリートに必要な知識を学び、オリエンテーリング選手として今後の活動の基礎となる部分(自己管理能力/セルフコントロール力)を身に着ける。また、未来の日本代表を目指す選手にとっては早い段階から知識を深めてもらう機会である。

(3) 研修内容と講師

- ・情報の共有、年間スケジュール、合宿、選考会、国際大会などの確認
- ・メンタルトレーニング(自己分析・目標設定) : 講師:村越 真(JOA 副会長)
- ・栄養指導 講師:高草木 陸人(筑波大学大学院・運動栄養学研究室、管理栄養士)
- ・ヨーロッパのジュニア選手トレーニングについて : 講師: Jari Ikaheimonen 氏(フット O フォレストヘッドコーチ)(来日中)(通訳あり)
- ・トレーニング実技(動きづくり・ドリル・フォーム) : 講師:軽部 智(練馬 OLC、フット O スプリント強化選手)

4.費用

・研修費用: U18-20 強化指定選手	3,000 円
AsJYOC2026 代表選手	4,000 円
20 歳以下の一般参加者	5,000 円
午前のみ部分参加	1,500 円
午後のみ部分参加	3,500 円

※受付時に集めます。お釣りがないようにご準備ください。

※昼食や補食、飲み物類は各自で用意してください。

※実技指導がありますので運動できる服装の着替え・シューズを持参してください。

5.申込み

下記 Google フォームから申し込みください

<https://forms.gle/Y4Jtcktu18fBn9uq7>

申込み締め切りは 4 月 20 日(月)



6.問合せ

メールアドレス kyouka@orienteer.jp までお願いします。

責任者:寺嶋(JOA 強化委員会)

7.新型コロナウイルス・インフルエンザ等感染防御について

参加に際して、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。

8.その他

・約 1 週間前にプログラムを公開予定です。

・研修中の写真、映像、記事、記録などの肖像権・掲載権はすべて主催者に属します。研修・練習等の様子の写真・映像を撮影し、HP や SNS 等へ発信する場合があります。ご了承下さい。

・主催者は研修中の紛失、盗難、事故などについて一切の責任を負いません。貴重品の管理は各自でお願いします。また、参加者が自己または第三者に与えた損害に対し、主催者は一切責任を負いません。