

## 令和元年度岐阜県ジュニア強化合宿 要項

- 1 目的 岐阜県・他県ジュニア（大人も可）選手の技術力の向上及び青少年の健全育成を図るとともに、各クラブ指導者間の交流を深めることを目的とする。
- 2 主催 岐阜県フェンシング協会
- 3 共催 はしまモアフェンシングクラブ
- 4 期日 令和元年8月10日（土曜日）・11日（日曜日山の日）
- 5 日程

### < 10日（土曜日） >

- |            |        |                    |
|------------|--------|--------------------|
| 10時        | 体育館集合  | 準備運動、ランニング、サーキットなど |
| 12時        |        | 昼食 体育館にて（各自持参）     |
| 13：30時～17時 | フットワーク | グループ練習             |
| 18時        |        | 夕食 旅館にて            |
| 19時～21時    |        | 夜間 電気ファイティング       |

### < 11日（日曜日） >

- |      |  |                     |
|------|--|---------------------|
| 6時起床 |  | 6時半より山登り            |
| 7時半  |  | 朝食 旅館にて             |
| 9時   |  | 体幹トレーニング講習 実技       |
| 10時  |  | ウォーミングアップ・電気ファイティング |
| 12時  |  | 昼食 休憩               |
|      |  | 交流戦など～16時終了 清掃      |
| 16時半 |  | 解散予定                |

※旅館と会場の往復はバスが出ます。

### < 12日（月）振替休日 >不二羽島講堂 9時～13時 参加ご自由にどうぞ。300円

- 6 会場 **谷汲スポーツセンター** 岐阜県揖斐郡揖斐川町谷汲名礼141  
TEL 0585-56-3018

- 7 宿泊 **立花屋旅館** 岐阜県揖斐郡揖斐川町谷汲徳積311  
TEL 0585-55-2121

※宿泊は和室のみで、一部屋に数人で宿泊します。部屋の割り振りについては、当方に一任願います。

- 8 参加費 ◎宿泊を希望する場合 一人 8,800円 当日持参  
(宿泊費 1泊3食6,800円 合宿参加費県外選手2,000円{施設使用料・審判機借用料等})  
◎宿泊しない場合または、練習のみ参加の場合一人 2,000円 当日持参  
◎保護者宿泊の場合 一人 6,800円 当日持参

- 9 申込方法 1)申込書 別紙申込書によりメールにてお申し込みください。  
2)申込締切 令和元年7月7日（日）旅館申し込みもありますので申込期限を過ぎてからの申し込みは一切受け付けません。  
3)申込先 メール p98777@gifu-net.ed.jp

### 10 その他

- ・けが等につきましては各自の保険対応をお願いします。(応急処置対応はいたします。)
- ・駐車場に限りがありますので、なるべく乗り合わせをお願いします。

《問い合わせ先》

竹田さゆり 携帯 090-3448-5589まで宜しくお願いします。

以