

2023 年度夏合宿のお知らせ

- 日 程：2023 年 8 月 25 日（金）13 時 ～ 27 日（日）12 時
- 会 場：流通経済大学龍ヶ崎キャンパス
〒301-8555 茨城県龍ヶ崎市 120 (<https://www.rku.ac.jp/campuslife/campus/ryu/access>)
- 目 的：高難度エレメント習得に向けた基礎力の強化、同年代選手間の交流促進
- 参加対象：ユース 2 選手、ユース 1 選手、ユース J 強化選手（50 名程度）
(ユース J に限り強化選手のみ対象、ユース 2・ユース 1 は一般選手も参加可)
- スケジュールと練習内容：【競技フロアあり】
8 月 25 日(金) 13 時～20 時
エレメント基礎練習、WAZA-KEN、講習（チームビルディング：椎名）、自由練習
8 月 26 日(土) 9 時～20 時
エレメント基礎練習、WAZA-KEN、講習（コンディショニング：西田）、自由練習
8 月 27 日(日) 9 時～12 時
エアロビクスステップ練習（野村）
- 講 師・スタッフ（予定）：野村健一郎（選手強化委員会専門アドバイザー）、
椎名純代・西田智（流通経済大学）、選手強化委員会委員

■参加費：

日程	3 日間	25 日（金）	26 日（土）	27 日（日）
食事	25 日夕食 26 日昼/夕食	夕食	昼/夕食	なし
参加費	11,500 円	3,900 円	5,600 円	2,000 円

- 宿 泊：1,200 円/1 泊（朝食付）
 - ・キャンパス内合宿所にて。バスタオルなどのアメニティはありません。
 - ・ベッド数に限りがありますので、申し込み多数の場合は遠方の方を優先させていただきます。
- 申 込：エクセルファイルに必要情報を記入してメールにて申し込み（7 月 21 日締切）
 - ・参加費、クラブごとまとめて後日振込のご案内させていただきます。
- その他：
 - ・コーチが必ず引率してください。コーチの参加費は無料です。