

2023.12.19

参加者 各位

一般社団法人 神奈川県水泳連盟
会長 高橋 憲司

令和5年度 神奈川県水泳連盟 冬季強化合宿要項

今回の合宿を実りあるものにする為に、下記の要項をよく読んだ上で 参加して下さい。

記

- 1) 主催 (一社)神奈川県水泳連盟
- 2) 期日 令和5年12月23日(土)～12月28日(木) 5泊6日
- 3) 集合 神奈川県立スポーツセンター 宿泊棟前 男子14:30 女子16:30
〒251-0871 藤沢市善行 7-1-2 TEL0466-81-2570
練習 神奈川県立スポーツセンター 屋内プール
宿泊 神奈川県立スポーツセンター 宿泊棟
- 4) 解散 令和5年12月28日(木) 朝食後 10:30頃
- 5) 参加費 18,000円
※参加費は同意書と共に封筒に入れ、表に氏名を必ず記載して下さい。
- 6) 指導者 (一社)神奈川県水泳連盟 競泳強化スタッフ
- 7) 携行品 練習用具一式・トレーニングウェア・トレーニングマット
同意書・★学生証・洗面用具・学習用具
- 8) 服装 合宿の行き帰りは所属チームの服装を着用の事
- 9) 注意事項 神奈川県代表選手の自覚を持ち、参加選手は合宿で十分なトレーニングが出来るように健康管理等に各自注意をして、良いトレーニングができるように各自努力をして下さい。
- 10) 責任者 植村 弘 日本大学藤沢高等学校
携帯 090-8490-6207
メール uemura.hiroshi@nihon-u.ac.jp

以上

★確認事項★

- 1) 集合時に参加費 18,000円と同意書を集めます、ご用意下さい。
*参加費は同意書と共に封筒に入れ、表に氏名を必ず記載して下さい。
*お釣りが無い様にご用意ください。
- 2) 集合・解散共に所属ジャージで参加、現地でも所属ジャージ等で参加の事。
- 3) 練習道具は 普段使っている物を一式持参して下さい。
- 4) 陸トレが有ります、手持ちのストレッチマット、スポーツシューズや着替えのシャツ等を用意下さい。
- 5) 午前練習と午後練習の間の休憩は 宿泊棟での待機となります。
- 6) 練習中のスポーツドリンク等に関しては各自用意して下さい。
- 7) アイシング用の氷嚢を忘れずに持参してください。

★約束事項★

- 1) 期間中の行動は5分前集合と致します。
- 2) 期間中体調不良等で練習参加が不可能となった場合帰宅して頂きます。
自分自身で健康管理を行い良いコンディションを維持するように努めて下さい。
- 3) 携帯電話の使用に関しては全体行動時(練習時、食事、ミーティング等)での使用は禁止とします。
- 4) 神奈川県代表選手としての自覚を持った行動を心がけて下さい。

以上