

## 2021年 福岡県トライアスロン選手強化合宿

- ・目的 2021年三重とこわか国体・日本U23・U19・U15トライアスロン選手権での上位進出を目標とし、選手としての自覚・競技力・人間力の向上を目的とする。
- ・主催 福岡県トライアスロン連合
- ・主管 福岡県トライアスロン連合強化委員
- ・期日 2021年5月1日(土)～5月4日(火)  
※中学生は5月2日(日)～5月4日(火)
- ・会場 スイム 汐入の里(北九州市若松区安屋3684-11)  
ビートスイミングクラブ北九州(北九州市八幡西区鷹ノ巣2-6-18)  
バイク・ラン ひびきコンテナターミナル(北九州市若松区響町3丁目)  
宿泊 割烹旅館かねやす(北九州市若松区大字有毛2464)
- ・スタッフ 武友潤(TRASOL代表・日本スポーツ協会公認トライアスロン指導員・FTU強化委員)  
他、サポートスタッフ数名
- ・対象者 ①2021年三重とこわか国体出場を目指す選手  
(2021年度認定記録会スイムタイム19級突破者)  
②2021年日本U23トライアスロン選手権出場基準突破選手  
③2021年日本U19トライアスロン選手権出場基準突破選手  
④2021年日本U15トライアスロン選手権出場基準突破選手
- ・参加費 ①大学生以上  
25,000円(3泊4日、宿泊・食事(補給食)・指導料・保険料含む)  
②高校生  
21,000円(3泊4日、宿泊・食事(補給食)・指導料・保険料含む)  
③中学生  
15,000円(2泊3日、宿泊・食事(補給食)・指導料・保険料含む)  
\*福岡県強化指定選手・FTUジュニア強化指定選手は、参加費を免除する。
- ・定員 12名(定員を超える応募があった場合、過去の実績を元に選考します。)  
全日程参加を基本とするが、参加できない日がある場合は応相談。
- ・日程 5月1日(土)  
13:00 現地集合・受付(汐入の里)  
13:30 スイム(海)  
15:00 デュアスロン(スプリント)

夕方	ミーティング
5月2日(日)	
朝	ラン
午前	バイク(技術練習) ※U15 合流
午後	スイム(プール)
夕方	ミーティング
5月3日(月)	
午前	バイク・ラン(ブリックトレーニング)
午後	スイム(プール)
夕方	ミーティング
5月4日(火)	
午前	スイム(海)
	デュアスロン(スーパースプリント数セット)
	13:00終了予定・現地解散(ひびきコンテナターミナル)

\*合宿期間中は実戦練習を主に行います。合宿参加2, 3週間前はしっかりベーストレーニングを積んで、合宿直前はポイント練習を行わずに参加してください。

\*日程は変更の可能性があります。正式な日程は最終案内にてお知らせいたします。

・持参物 スイム・バイク・ランの練習用具、トライスーツ、ウェットスーツ(U19以上)、ローラー台、トレーニングマット、室内トレーニング用のTシャツ・短パン、バイクボトル、タオル、ホットクリーム、筆記用具、宿泊に必要な荷物、マスク、保険証コピー

・その他 合宿中の怪我について、主催者側で加入の保険の範囲内での対応となりますので、ご了承の上お申込み下さい。雨天時は、日程を一部変更して開催予定です。

#### ・新型コロナウイルス感染予防対策ガイドライン

①参加選手には事前に2週間の体調チェックシートを送信しますので、記入して当日提出して下さい。

②合宿開催1週間前に37.5度以上の発熱が参加予定者および家族にあった場合は、合宿への参加を遠慮ください。

③3密を避け、ソーシャルディスタンスの遵守を基本とします。

④合宿中は毎朝体調を確認し、体調チェックシートを提出してください。

⑤トレーニング中以外はマスクの着用を徹底してください。

⑥施設入場の際などはうがい手洗いを徹底して行ってください。

⑦他選手の部屋への行き来を禁止します。

⑧大人数での更衣室・風呂を利用しない。

⑨道具の共有は禁止し、特に水のボトルやコップは共有しないこと。

⑩過度な大声は出さない。

⑪合宿中に少しでも体調の変化を感じたらすぐにスタッフへ知らせる。

⑫新型コロナウイルス感染拡大状況によっては合宿を中止する事もあります。ご了承の上お申し込みください。

・申込・問い合わせ

件名を【福岡県トライアスロン選手強化合宿参加申込・名前】として、下記必要事項を本文に記入し、メール送信して下さい。参加可否を3日以内に返信しますので、返信がない場合は再度ご連絡下さい。その他、お問い合わせもメール送信下さい。

**申込締切 4月20日(火)**

- ①参加者氏名②保護者氏名(未成年)③学校名・学年④開催当日の年齢⑤電話番号⑥保護者電話番号  
⑦緊急連絡先⑧2021年度認定記録会の記録⑨出場大会での目標(順位・レース展開等を簡単に)

福岡県トライアスロン連合強化委員 武友潤

メール：[bumptakeyan0917@yahoo.co.jp](mailto:bumptakeyan0917@yahoo.co.jp)