

## 2023 鹿児島県水泳連盟冬季強化合宿実施要項

- 1 目的 ・ 県内のジュニア層の選手を対象に、素質のある選手の早期発見と計画的な強化を推進し、少年種別の競技力向上を図る。  
 ・ 互いに切磋琢磨することで競技力向上はもちろんのこと「チーム鹿児島」としての意識づけをねらいとする。
- 2 主催 一般社団法人鹿児島県水泳連盟
- 3 期 日 《九州ブロック》 令和 5 年 12 月 22 日 (金) ～27 日 (水) 5 泊 6 日  
 《県内ブロック》 強化 SA 令和 5 年 12 月 24 日 (日) ～28 日 (木) 4 泊 5 日  
 強化 B 令和 5 年 12 月 24 日 (日) ～26 日 (火) 2 泊 3 日  
 強化 C+短水路 令和 5 年 12 月 26 日 (火) ～28 日 (木) 2 泊 3 日
- 4 練習会場 《九州ブロック》 佐賀県  
 《県内ブロック》 鹿屋体育大学屋内プール
- 5 宿泊場所 《九州ブロック》 別途案内  
 《県内ブロック》 大隈青少年自然の家
- 6 実施内容 (1) 専門種目別 (テクニック・持久力・スピード向上) 練習  
 (2) 全体練習 (4 種目, スタート, ターン, 他)  
 (3) 陸上トレーニング (体幹強化, 柔軟性向上他)
- 7 負担金 参加選手は、一人当たり以下の金額を負担すること (残りは県水連負担)

区 分	県内ブロック	九州ブロック
強化 S	負担なし	別途案内
強化 A	5,000 円	
強化 B	10,000 円	
強化 C+短水路	15,000 円	

(上記金額には宿泊代・食費・栄養費・移動費・施設使用料・スポーツ安全保険料等を含む)

- 8 集合および解散 (当初の計画より、若干の変更あり)

区分		集合	解散
九州ブロック		別途案内	
県内ブロック	強化 SA	12/24(日) 09 時 00 分 大隈青少年自然の家	12/28(木) 16 時 00 分 鹿屋体育大学プール
	強化 B	12/24(日) 09 時 00 分 大隈青少年自然の家	12/26(火) 17 時 00 分 鹿屋体育大学プール
	強化 C+短水路	12/26(火) 12 時 00 分 大隈青少年自然の家	12/28(水) 16 時 00 分 鹿屋体育大学プール

※ 「強化 C+短水路」グループは 26 日 (火) の弁当を用意しています。

※ 基本的に現地集合、現地解散となっております。「どうしても交通手段がない」という選手は下記連絡先までご相談ください。

- 9 参加対象者 強化 S・A・B・C および短水路標準記録突破者 (別紙参照)

- 10 指導者
- |                           |                   |
|---------------------------|-------------------|
| 野元 良寛 (アクアアカデミーNb)        | 勝目 理恵 (メルヘン鹿屋)    |
| 田中 一隆 (Kit 南さつま)          | 福島 誠 (鹿児島情報高校)    |
| 岩元 祥人 (甲南中学校)             | 赤瀬川 隆 (第一鹿屋中学校)   |
| 谷山 靖幸 (鹿児島警学校)            | 白坂 元樹 (阿久根 SC)    |
| 徳永 愛 (Adapted Sports かのや) | 松元 宏樹 (ゆーぶる吹上)    |
| 川畑 優仁 (メルヘン中山)            | 渡辺 義明 (大崎中学校)     |
| 湯之原孝実 (志布志高校)             | 白川 達也 (鹿児島修学館中学校) |
| 吉田 空平 (福平中学校)             | 脇 雄介 (鹿児島県水泳連盟)   |
| 森 正一郎 (ななみ接骨院)            | 假屋 高麿 (たかまる整骨院)   |
| 岩本麻衣子 (鹿児島情報高校)           | 平田 直樹 (甲南高校)      |
| 初瀬 有志 (国分高校) ※ 九州ブロック合宿引率 |                   |

- 11 携行品 感染防止の観点から、道具やタオル、物の貸し借りは禁止します。今一度、下記の携行品を確認し、**必ず自分の所持品には名前を明記して下さい。**

- 健康調査書および参加承諾書 (合宿参加初日に提出)
- 参加者負担金 (合宿参加初日に徴収)
- 保険証 (もしくはコピー)
- 練習道具
  - ゴーグル・キャップ・練習用水着・レース用水着 (レースを想定した練習があるかもしれないので…)・パドル・フィン・シュノーケル (なくても OK) ・ストレッチマット・その他各自が必要と思われるトレーニングギア
- 水分補給用ボトル (水筒や空ペットボトルでも可。中身は本連盟で用意)
- 屋外用運動シューズおよび屋内用運動シューズ(学校の体育館シューズ可)
- 学習道具 (必須; 学習時間があります)
- 着替え (洗濯乾燥機がありますが、数に限りがあります。洗剤は各自で用意)
- 防寒着 (必要であればマフラーや手袋等も含む)
- 洗面・入浴道具 (歯ブラシ・シャンプー・石鹸・タオル等の備え付けはありません)
- (必要な人は) 医薬品や消毒液、マスク (毎日交換すること)
- 補食等 (ゼリーや栄養補助食品等)
- お金 (ほとんど使うことはないと思いますが…)

## 12 連絡事項

- (1) 各種感染症防止対策のため、可能な限りマスクの着用をお願いします。
- (2) 体調不良や家庭の事情等で参加できない場合は、わかった時点で早めに必ず下記の連絡先まで連絡してください。(メールやショートメールでも可)
- (3) 参加選手は、十分な練習をして体調を整えた上で参加すること。合宿中、体調不良や故障等で練習継続不可能な場合は途中で参加を見合わせます。
- (4) 合宿期間中、内服薬を出すことはできませんので、各自で準備してください。
- (5) 学習時間を設けています。各自学習ができるように勉強道具を必ず準備してください。
- (6) 今後、急な連絡等が生じた場合は、鹿児島県水泳連盟ホームページにアップいたしますので、随時ご確認ください。
- (7) 社会情勢によっては急な中止・規模縮小の可能性がありますが、

▶ 合宿規模縮小の場合の参加優先順位

①強化S ②強化A ③強化B ④強化C ⑤短水路突破者

【連絡先】 鹿児島県水泳連盟競泳委員会 強化合宿担当 平田 直樹  
090-9583-7040  
hinahina4923@yahoo.co.jp