

2024年度 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 対象選手 鹿児島県強化合宿参加標準記録突破者
※ランク分けあり…強化S・A・B・Cおよび合宿参加標準記録（短水路）突破者
- 3 期 日 《九州ブロック》 令和6年12月21日（土）～26日（木） 5泊6日
※強化指定選手の中より選抜
《県内ブロック》 令和6年12月25日（水）～28日（土） 3泊4日
- 4 練習会場 鹿屋体育大学屋内プール
鹿屋海上自衛隊プール
- 5 宿泊場所 大隅青少年自然の家
- 6 実施内容 (1) 全体練習
(2) 専門種目別練習
(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。（残りは県水連で負担します）

強化S	免除
強化A	12,000円
強化B	16,000円
強化C+短水路突破者	20,000円

- 8 集合時間および場所（あくまでも予定。特に時間は変更になる可能性大）
《県内ブロック》

集合 : 12/25(水) 11時30分 大隅青少年自然の家
解散 : 12/28(土) 17時 鹿屋運動公園駐車場

- 9 合宿参加者 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

郷原 誠	(大崎中学校)	野元 良寛	(アクアアカデミーNb)
福島 誠	(鹿児島情報高校)	岩元 祥人	(甲南中学校)
平田 直樹	(甲南高校)	白坂 元樹	(阿久根清掃社)
谷山 靖幸	(鹿児島豊学校)	勝目 理恵	(メルヘン鹿屋)
岩本麻衣子	(鹿児島情報高校)	松元 宏樹	(ゆーぷる吹上)
渡辺 義明	(大崎中学校)	白川 達也	(鹿児島修学館中学校)
丸山 将生	(アクアアカデミーNb)	栗下 翔太	(メルヘン鹿児島)
湯之原孝実	(志布志高校)	吉田 空平	(福平中学校)
森 正一郎	(ななみ整骨院)	今村 若菜	(米森病院)
脇 雄介	(鹿児島県水泳連盟)	落合 優奈	(licotto pilates)
肥後明日香	(霧島市医師会医療センター)		

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ませんので…）・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・その他各自で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、**わかった時点で所属の担当コーチもしくは先生を通じて下記の連絡先まで早めに連絡をしてください。**
- (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。
 - ▶ 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 谷山 靖幸
090-9564-0108
trst1011@yahoo.co.jp