主催 一般社団法人 静岡県自転車競技連盟

協力 一般財団法人 日本サイクルスポーツセンター

楽しく乗りたい!
強くなりたい!

女子アスリート強化事業

ジュニア トレーニング キャンプ 2022

JUNIOR TRAINING CAMP

12/24(土)~26(月)

会場 伊豆ベロドローム **参加資格** U15・U17（13歳~16歳の女子）

女性アスリートとしての第一歩に必要な知識
基礎的なトレーニング方法が学べる!!

https://onl.tw/QkKLXw7

11/26(土)までに Googleアカウント ログイン状態で右記QR 専用フォームにて 必要事項をご記入いただき お申込みください。

申込みは上記QRコード

KEIRIN 競輪の補助事業

この事業は、競輪の補助を受けて開催します。

https://jka-cycle.jp

写真提供／日本サイクルスポーツセンター（CSC）

女子アスリート強化事業

ジュニアトレーニングキャンプ 2022

JUNIOR TRAINING CAMP

自転車競技の世界で次代を担う女子選手のためのプログラム

「楽しい」「もっと乗りたい」「強くなりたい」、そんな思いが芽生えたら迷わず次のステップへ。高い目標に届くことは簡単なことではありません。女子選手においては早い段階で女性アスリート特有のコンディショニングや基礎トレーニングについて正しい知識を身に着けることが必要とされています。

そこで、競技力向上のための基礎的なトレーニング方法および女性アスリートとして競技生活を送る第一歩に必要な知識や情報を、本プログラムを通し選手に提供いたします。

そんな自転車競技に出会ったばかりの女子選手が競技に一歩踏み込める2泊3日のトレーニングキャンプを開催します。

こんな選手が対象です

❶自転車競技を始めたばかり

❷基礎的なトレーニング方法が知りたい

❸レベルの高い練習にはまだ参加できない

❹女性アスリート特有のコンディショニングについて学びたい

❺将来トップアスリートとして世界で活躍したい

※このキャンプは「3日間のトレーニングによる競技力の向上」を目的としたものではなく、将来トップアスリートを目指すジュニア世代の女子選手に合わせたトレーニング方法を学ぶものです。

参加上の注意

(1) キャンプ中の疾病及び負傷について応急処置は行いますが、その後は参加者の責任・負担とします。

(2) 参加者はスポーツ傷害保険等に必ず加入し健康保険証を持参して下さい。

(3) 参加申込書に記載された個人情報は、氏名、年齢、写真は新聞等に掲載される場合があります。

(4) 本大会における肖像権はSCF（一般社団法人静岡県自転車競技連盟）に帰属されます。

トレーニング内容

トラック種目の基礎トレーニング（3～4セッション）

沼部 早紀子氏・野田 尚宏氏　※女性コーチが指導します

女性ジュニア選手のためのトレーニング講座

参加資格　U15・U17（13歳～16歳の女子）

参 加 料　2泊3日 **20,000円**（宿泊費・食事代・保険料含む）

宿泊「サイテル」〒410-2402 静岡県伊豆市大野1826番地　☎0558-79-0640

【持ち物】

❶トラックレーサー（お持ちの方）
トラックレーサーをお持ちでない方はレンタルが可能です。（26・27インチ）
レンタル可能な備品は自転車、シューズ、ヘルメットです。（1,100円/日）

❷ロードレーサー（お持ちの方）
トレーニング後のクールダウンに使用します。
レンタルも可能ですが、数に限りがございますのでお持ちの方はご持参下さい。

❸シューズ、ヘルメット、ウエア、着替えなど身の回りの携行品

新型コロナウイルス感染症拡大予防について
今後の、コロナウイルス感染症対策等を考慮し、詳細は改めて通知します。

参加申込方法

11/26（土）までに
Googleアカウント
ログイン状態で右記QR
専用フォームにて
必要事項をご記入いただき
お申込みください。

https://onl.tw/QkKLXw7

お問合せ先

一般社団法人静岡県自転車競技連盟
担当/松村友子
FAX.0545-69-1828　scf@tx.thn.ne.jp

静岡県自転車競技連盟　検索　shizuoka-cf.com