

令和5年度競技力向上対策事業（ジュニア強化支援事業）  
ロード強化合宿2024実施要項

Ver.20240217

1. 趣 旨 本合宿では選手が目標達成に向けた意識改革を学び、強い意志を持つこと、自主性や主体性、人間性を高めることを目的とする。これらの要素を強化することで、今後の自転車競技における選手強化を図る
  2. 主 催 一般社団法人 静岡県自転車競技連盟
  3. 協 力 ブリヂストンサイクル（株）
  4. 期 日 2024年 3月9日（土）～3月10日（日）一泊二日 雨天決行
  5. 会 場 日本サイクルスポーツセンター
  6. 日 程 3月9日（土）13:00 集合 サイテル（各自チェックインすること）  
14:00 基本走行練習（1km コース2時間）  
トレーニング後 座学 講師：山田 快氏（法政大学経済学部准教授）  
3月10日（日）9:00 下り坂、上り坂での走行練習（3km コース2時間程）  
13:00 5km サーキットでの走行練習（2時間程）  
特別講師ライダー：チームブリヂストンサイクリング  
16:00 解散（予定）
- ※大雨警報、雨での気温低下の場合は下記の日程（予定）
- 3月9日（土）13:00 集合 サイテル（各自チェックインすること）  
14:00 自重トレーニング（2時間）（予定）  
トレーニング後 座学 講師：山田 快氏（法政大学経済学部准教授）
  - 3月10日（日）10:00 チームブリヂストンサイクリング交流会（予定）  
13:00 天候状況で中止  
13:00 解散(予定)
7. 参加資格 2024年静岡県自転車競技登録者（U15,U17 男女）
  8. 定 員 約15名（全体の人数により調整することもある）
  9. 参加費 5,000円（当日持参のこと）
  10. 参加申込 2月24日までに Google フォームで申込みしてください  
<https://forms.gle/c6rN6ZVV1Bd85NAV7>
  11. 宿 泊 合宿所 サイテル（アメニティ類はお持ちください）
  12. 持 ち 物
    - (1) サイクルボトル2本
    - (2) パンク修理セット
    - (3) ロードバイク
    - (4) 心拍計（持っている選手）
    - (5) 補給食
    - (6) 健康保険証
    - (7) ノート、筆記用具、スマートフォン（持っている選手）
    - (8) 雨天の時に対応が出来る寒さ対策用品

(9) (雨天時室内履きシューズ)

(10) その他各自必要なもの

13. 注意事項・その他

- (1) 疾病および負傷については応急処置のほかは参加者の責任とする
- (2) 参加者はスポーツ傷害保険等に必ず加入すること
- (3) 自主性を意識させるため、荷物運び、準備等は個人で行うこと。保護者の方のサポートは行わないようお願い致します。
- (4) 本事業における肖像権は SCF(一般社団法人静岡県自転車競技連盟)に帰属されます。
- (5) 必ず使用するロードバイクの点検をすること (ブレーキシュー、タイヤの摩耗、シフトワイヤーブレーキワイヤーチェック、ヘッドのガタ調整、異音チェック、洗車) 自分の不手際で迷惑をかけていけない為にも事前におこなうこと。

14. 連絡先 一般社団法人静岡県自転車競技連盟事務局

E-mail [scf@tx.thn.ne.jp](mailto:scf@tx.thn.ne.jp)

合宿担当者 森 正和 携帯：090-3445-9117