

2020年度 第2回明石自転車競技場強化合宿 開催要項

1. 開催趣旨

2025年滋賀国民スポーツ大会自転車競技会での天皇杯・皇后杯獲得を目指すのは基より、その間の国民体育大会での上位入賞を目指すため、明石自転車競技場で滋賀県選手の一泊二日の強化合宿を行う。主力選手である小・中学生、高校生が合同で練習することにより、お互いが切磋琢磨し、滋賀県選手団としての一体感を醸成することを目的とする。

2. 開催日時

2021年3月25日（木）12時00分～15時00分
3月26日（金）12時00分～15時00分

3. 集合時間、場所（乗車箇所 兼 機材積込箇所）

[守山市民運動公園第2駐車場](#)（守山市三宅町100番地）午前8時30分

4. 行程

<u>3月25日（木）</u>	
8時30分	守山市民運動公園第2駐車場集合。 レンタカー（2tアルミバン）に機材積込。 機材積込後、選手、指導者（引率者）はレンタカー（マイクロバス）に乗車し、機材車と共にグリーンヒルホテル明石まで移動。
11時15分	グリーンヒルホテル明石到着。昼食を摂り、全員で明石自転車競技場にマイクロバス、機材車で移動。
11時50分頃	明石自転車競技場到着。機材搬出し、自転車組立や着替えを行う。
12時00分～	トラック練習。（練習メニューについては、別途指示）
14時50分	練習終了。機材片付けと共に競技場内を清掃。（来たときよりも美しくすること！）
15時30分	明石自転車競技場出発、宿舎へ。（全員徒歩で移動）
17時30分	入浴
18時30分	夕食
19時30分	ミーティング
22時00分	就寝
<u>3月26日（金）</u>	
7時30分	朝食
8時30分	宿舎出発、明石自転車競技場に徒歩で移動し、ランニングなど基礎体力強化。
11時15分	グリーンヒルホテル明石で昼食。昼食後、明石自転車競技場へ徒歩で移動。機材搬出し、所定の場所で自転車組立や着替えを行う。
12時00分	トラック練習。（練習メニューについては、別途指示）
14時50分	練習終了。機材片付けと共に競輪場内を清掃。（来たときよりも美しくすること！）
15時30分	明石自転車競技場出発。
17時30分頃	レンタカー（マイクロバス、2tアルミバン）、守山市民運動公園第2駐車場到着。機材搬出し、解散。

5. 3月25日宿泊先（予定）

[グリーンヒルホテル明石](#)（明石市大明石町 2-1-1） 電話 078-912-0111

6. 参加料

選手 1名 6,000円（レンタカー代、宿泊代、保険料、昼食・補給食代含む）

保護者 1名 10,000円（同上）

7. 募集人数

20名（先着順）

8. 持ち物

参加料、健康保険証、自転車、ヘルメット、シューズ、自転車ウェア、運動靴（バンク入退場は運動靴となります。サンダル不可）、その他、個人的に必要な物（宿泊用ウェアなど。タオル、歯ブラシなどのアメニティグッズはご持参下さい。）

8. 申込方法

[専用エントリーフォーム](#)から、**必要事項を2月28日まで**にご入力下さい。

ただし、募集期間内であっても定員に達した場合、募集を締め切ります。

参加料は、3月25日（木）の受付時に徴収いたします。

以上