

日本開催の WMG(ワールドマスターズゲームズ) で メダリストをめざそう！ マスターズ合宿



- トレーニングで負荷をかけると怪我が心配。でもしっかりトレーニングして体力をつけたい。
- オリエンテーリング歴は長いがいまだにミスが多い。ナビゲーションをきちんと学びたい。
- WMG で、フォレストでは難関の A ファイナルに残りたい。そしてメダリストをめざしたい。

そんなあなたを、市民ランナーのカリスマ山西哲郎氏とナビゲーションの第一人者村越真氏が指導、そしてトレーナーとして JSPO 公認アスレチックトレーナーの 松本（旧姓平川）理映子氏。さらに世界選手権歴戦であり、コーチングの経験も豊富な松澤俊行氏と落合志保子氏もコーチングスタッフとして参加します。年齢、レベル、走力に合わせたトレーニングを指導します。

還暦を迎えましたが、この歳で世界に再び挑戦するチャンスが与えられたことにワクワクしています。歳はとつても、自分を鍛え、磨く感覚や、思ったとおりのナビゲーションができる喜びは若い時と変わりありません。むしろクレーバーになったことで、純粋に上達を楽しめるようになりました。この感覚を大事にして、私もマスターズを目指します。皆さんも、スポーツの深い楽しさを一緒に味わいませんか？（メインコーチ：村越真）

主催：WMG2021 関西 JOA 実行委員会

期日：2021年5月1日(土)～3日(火・祝)

5月1日(土) 13時30分集合、5月3日(火) 14時解散

場所：兵庫県養父市八千高原

宿泊：鉢伏高原ホテル ホテルかねいちや

交通：JR八鹿駅(行き 5/1 12:27 着、帰り 5/3 15:02 発) から八千高原まで無料送迎バスあり約1時間。
北近畿豊岡自動車道八鹿氷ノ山 IC から約50分、駐車場あり。

参加費：4万円

含む：コーチ料、宿泊費、食費（1日目夕食～3日目昼食の2泊6食）、地図代、傷害保険料含む。

1日目の昼食は各自済ませてきてください。

別料金：レンタル SIAC 別（900円/3日間）、飲み物は各自持参、自販機あり。

特典：合宿参加者には、WMG 終了後、希望クラスの地図を数枚無償提供の予定しています。

募集人員：30人程度

コーチ：山西哲郎、村越真、松澤俊行、落合志保子

トレーナー：松本（旧姓平川）理映子

持ち物：オリエンテーリングのできる服装、レインウェア、シューズ、コンパス、SI、健康保険証、着替えなど
カリキュラムは後日発表します。

申し込み：JOY(Japan-O-entrY)。また、以下の調査票に記入して連絡先まで送付してください。

連絡先：平島俊次 t-hirashima@nifty.com 携帯 090-2592-4377

Webサイト：https://wmoc2021.jp/ja/training_camp/

参加申込締め切り：4月15日(日)

定員に達し次第締め切る場合があります。

注意事項：

- ・新型コロナウイルス、そのほかの影響により中止することがあります。その際には必要経費除いて参加費を返却します。
- ・その他最新の情報は下記WEBサイトでお知らせします。

-----<調査票>-----

JOYで参加申し込みした後、メールで以下の内容を平島(t-hirashima@nifty.com)まで送付願います。
メールのタイトルは<マスターズ合宿参加>としてください。

- ・ 氏名：
- ・ 年齢：
- ・ WMG/WMOCの参加経験： 有 ・ 無
- ・ WMG2021 関西への参加： する ・ しない ・ 未定
- ・ 国内での通常参加クラス(全日本ロングなど)：
- ・ 直近の主な大会での成績
大会名： クラス： 順位 位
- ・ 月当たりのトレーニング量（先月 または 半年間の平均）わかる範囲で結構です
ランニング： 日/月 時間/月 km/月
その他：
- ・ この合宿参加の動機や期待すること、コーチやトレーナーに聞きたいことなどご自由にお書きください：
