

2014 年度第2回学連合宿(JOA 合宿と共催) 要項

【主催】日本学生オリエンテーリング連盟

【主管】日本学連技術委員会

【日程】2014/8/23(土)～24(日)

【場所】トレイン:「鳥追窪」「奇跡の森」 宿泊:民宿「峠の茶屋」

【集合】8/23(土)11:00 テレイン(鳥追窪)内の岩倉学園駐車場付近(予定)

【メニュー構成(予定)】

※本合宿は JOA 合宿と共催です。昼のメニューは一緒に行いますが、宿泊施設と夜メニューは別々になります。JOA 合宿の宿泊施設は朝霧野外活動センターで、峠の茶屋から車で15分程度離れています。

◆1日目昼 テレイン:鳥追窪(東側(岩倉学園側)を利用)

①メニュー1

直進及び地形把握の練習 I (地形の豊富なエリアでの練習)(強度 L～M)

ショートコース 1.5km～2.0km×2 本(コンタマップ及びウインドウ O)

* 初級者には通常マップも用意

②ロングレッグ練習

1.5km×2 レッグ(強度 M)

ロングレッグをあらかじめルートプランニングし、タイムの比較を行う。

* 上級者は2往復(約7km程度)、中級以下は1往復(約3.5km程度)

③マススタート練習

2.5km 程度(強度 H)

* 初級者は必要に応じて通常練習

◆1日目夜 今日の反省など(未定)

◆2日目昼 テレイン:奇跡の森

①メニュー1

直進及び地形把握の練習 II (緩斜面エリアでの練習)(強度 L～M)

ショートコース 1.5km～2km×3 本(コンタマップ及びウインドウ O)

* 初級者には通常マップも用意

②ミドルコース

男子 5km、女子 4km(+初級者用3km)

【参加費】

全日程参加 9000 円程度 昼メニューのみ 1日 1000 円程度

※現時点での予定です。

【コーチ】

大西康平、小室隆之、芦澤咲子、結城克哉、細淵晃平

【クラス分け】

参加者の競技レベルにより、練習時のグループ分けをします。ただし、人数によっては統合・廃止を行います。準備する地図の枚数などにも影響する場合がありますため、正確に記入をお願いします。あくまで目安なので、ロングエリートでなくともやる気があれば E と書いてもらって構いません。ただし、判断は自己責任でお願いします。

〈競技レベル〉

E(目安:インカレロングエリート)

A(目安:インカレ L クラス)

F(目安:F または B クラス、初級者)

【申込方法】

技術委員会のページより Excel ファイルをダウンロードし、必要事項を記入してメールにて送信してください。Excel ファイル名は「2014_2ndcamp_団体名」と変更してください。また、申込メールの件名は「2014年度第2回学連合宿申込み(団体名)」としてください。申込みは大学ごとにまとめてお願いします。

【交通手段】

送迎人数には限りがあるため、なるべく車での参加をお願いします。

【締め切り】 8月 11 日(月)

【申込・問合せ先】

E-mail:uofj.camp◆gmail.com(◆→@)