令和元年度水泳（競泳）競技国体強化選手強化事業

令和２年度鹿児島国体選手強化育成事業合宿実施要項

　１．目　　　的

 　 県内ジュニア層の選手を対象に、素質のある選手の早期発見と計画的な強化を推進

　　　し、少年種別の競技力向上を図る。

　２．主　　　催

 　 宮崎県水泳連盟

　３．期　　　日

 　令和２年　３月２６日（木）～２９日（日）３泊４日

　４．会　　　場

 宮崎県総合運動公園屋内プール

　５．宿　　　舎

　　　青島フィッシャーマンホテル

　　　宮崎市青島3-1-53　　TEL.0985-77-5525

　６．実施内容

　　　（１）専門種目別（スピード持久力、スピード向上、テクニック）練習

　　　（２）陸上トレーニング（持久力、体幹強化、柔軟性向上）

７．経　　　費

 　 強化指定選手Ａ　　　　２１,０００　円

強化指定選手Ｂ　　　　２４,０００　円

強化指定選手Ｃ　　　　２６,０００　円

　　　（スイミング協会加盟校は３,０００円の補助がでます。）

　８．参加対象選手

　　　県強化標準記録突破者

　９．集合・解散場所・時間

　　　集合　県総合運動公園　　　 令和２年　３月２６日（木） ８時３０分

　　　解散　県総合運動公園　　　 令和２年　３月２９日（日）１５時３０分（予定）

１０．その他

 ○参加の有無を３月１３日（金）までに事務局に確実に行って下さい。

　　　参加の有無を規定用紙に記入し事務局にＦＡＸをお願いいたします。（0985-82-8377）

　　○合宿に必要な用具（練習・学習・トレーニングできる外履き・内履きシューズ）

　　　トレーニングにおける風邪予防ため着替えの準備を多めにお願いします。

飲料等は各自で準備すること。

ＦＡＸ　用紙

所属名（　　　　　　　　　　　　　　　　）

指導者

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 氏　　　名 | ３月２６日 | ３月２７日 | ３月２８日 | ３月２９日 |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |

記入例　宿泊　◎　参加　○　不参加　×

　　　　※原則として、全日参加、全宿泊をお願いします。

　　　　　申込前に相談してください。

選　手

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 氏　　　名 | ３月２６日 | ３月２７日 | ３月２８日 | ３月２９日 |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |

記入例　参加　◎　　不参加　×

　　　※原則として全日参加になります。

　　　　学校行事で遅れての参加、不参加については、申し込む前に相談してください。