

ミドル対策合宿プログラム

<日程>

2018年2月17, 18日

<トレイン>

1日目 矢板日新

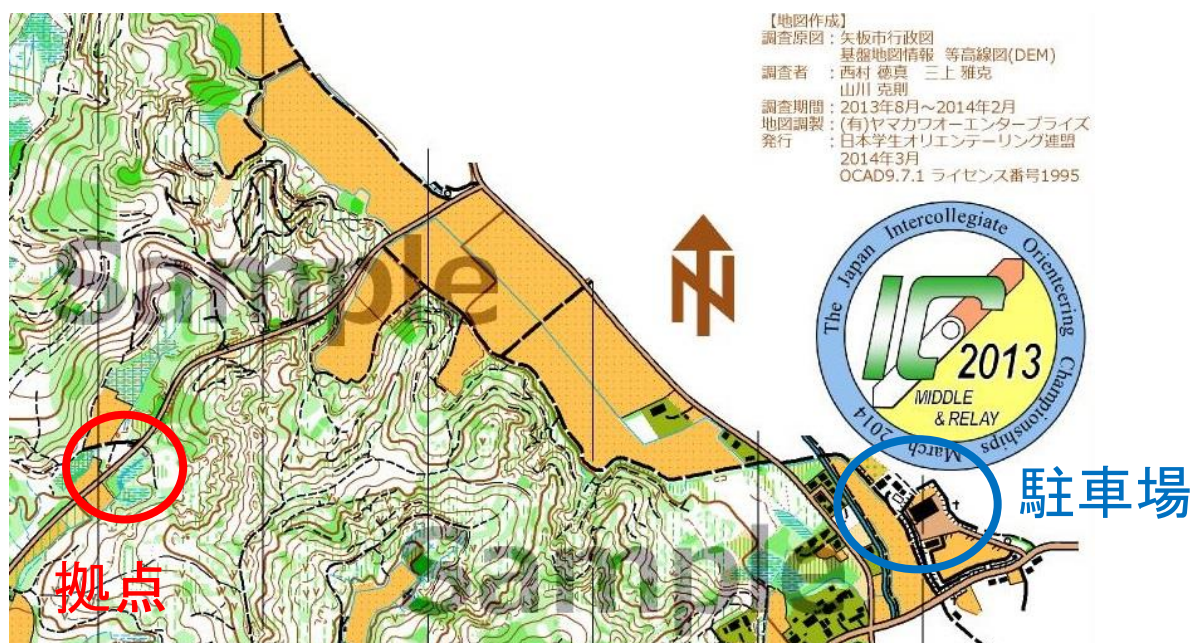
2日目 塩谷田所

<駐車場・拠点>

1日目 駐車場：日新多目的グラウンド

〒329-2131 栃木県矢板市土屋635

拠点：下図赤い○



2日目 駐車場：下図赤い◎（ゴール表記がされている地点）
拠点：赤い丸（藪が予想より濃い場合変更になる場合があります。）



<参加費>

全日参加 9000 円（参加費、宿代込）

1日のみ 3000 円

Eカードレンタル代 250 円

参加費には地図代、入山金を含みます。当日集金します。

別途、岩大県大生は遠征費がかかります。

<宿泊場所>

塩谷町自然休養村センター

〒329-2292 栃木県塩谷郡塩谷町大字玉生 741

<当日連絡先>

岩手大学2年 佐藤世帆

電話番号 090-6684-8745

メールアドレス mondo.porpora.kjhsik.231724@gmail.com

[（●を@に変えてください）](mailto:mondo.porpora.kjhsik.231724@gmail.com)

<コーチ>（6名）

藤原大樹、盛合美誉、細川知希、原田龍馬、五味あずさ、君成田智裕

（順不同、敬称略）

<参加者> (17名)

名前	学校	学年	Eカード
小林亮太	岩手県立大学	1年	504994
佐々木海斗	岩手県立大学	2年	レンタル
林俊充	岩手県立大学	2年	レンタル
澤口未来	岩手県立大学	3年	231673
進藤緑里	岩手大学	1年	504991
渡邊裕子	岩手大学	1年	504993
佐藤大雅	岩手大学	1年	レンタル
石田尚大	岩手大学	2年	231654
松本陸	岩手大学	2年	504987
佐藤世帆	岩手大学	2年	232066
熊谷新吉	岩手大学	2年	レンタル
齊藤七彩	岩手大学	2年	231720
周藤裕	岩手大学	3年	231992
高橋郁磨	岩手大学	3年	231693
小林美早紀	岩手大学	3年	レンタル
畑中志乃	岩手大学	3年	231940
千賀幸	岩手大学	4年	レンタル

<スケジュール>

・1日目

- 7:00 運営者集合
9:00 参加者集合
9:30 練習開始
・サーキット
・リロケートO
13:00 リレー開始
15:30 メニュー終了
16:00 撤収終了、配車ごとに宿へ
18:00 夕食
20:00～21:00 夜メニュー
・レースの反省

・2日目

- 7:00 朝食
7:00 運営者集合
9:00 参加者集合
10:00 トップスタート
13:30 午後のメニュー開始
・ファシユタ
15:00 練習終了
16:00 解散

<1日目リレーグループ>

1	君成田智裕	澤口未来	進藤緑里
2	原田龍馬	畑中志乃	佐々木海斗
3	細川知希	林俊充	渡邊裕子
4	五味あずさ	小林美早紀	熊谷新吉
5	盛合美誉	佐藤世帆	佐藤大雅
6	高橋郁磨	齊藤七彩	石田尚大
7	千賀幸	松本陸	小林亮太
8	藤原大樹	周藤裕	

<注意事項>

- 二日目のスタートリストとファシユタのグループは後日公開します。
- 一日目のレースでは E カードで計時ができます。
- レースで E カードを使用しますので、myE カードをお持ちの方は忘れずに持ってきてください。
- 地図ビニを持っている方は持参お願いします。
- 気温が低いことが予想されます。防寒対策をしっかりとってきてください。
- 夜メニューでノートと筆記用具を使用します。
- 両日とも昼食の用意をしてください。ホテルは朝夕 2 食付です。
- アメニティを持参してください。(シャンプー、ボディソープはあります)
- お風呂が混雑することが考えられます。うまく時間を調節して入ってください。場合によっては夜メニューの時間等を変更する場合があります。
- 天候によっては中止とします。その場合は決定し次第早急に連絡します。