

## トップトレーナー「江口典秀」氏による FISCHER キャンプ陸上トレーニング 2019

### 開催要項

#### <キャンプの趣旨>

元全日本アルペンナショナルチームトレーナー「江口典秀」氏を招いての陸上トレーニングキャンプです。次シーズンに向けてどんなトレーニングがより効果的かを理解し、選手が自ら実践できるよう指導します。新しい取り組みとして脳から感覚器への伝達方法など講義、トレーニングも行います。アルペンスキーヤーとしての身体作りや、基礎体力強化の効果的な方法を習得。アルペンスキーテクニク習得に必要なバランス・ポジショニング確認や、基本的な動きの洗練性を高めます。モチベーションを高める指導内容、指導方法について、コーチ間の共有も図ります。

<主催> 株式会社ゴールドウイン・フィッシャー事業グループ

<会場> 長野県 飯山市内および下高井郡野沢温泉村

<宿泊先> 野沢温泉やすらぎの宿 白樺 <http://shirakaba8.com/>

<日程> 8月8日(木)～8月9日(金)

タイムスケジュール

8月8日(木) 12:30 までに集合(昼食は集合前に各自で済ませる)

集合場所: 飯山市民体育館 <http://www.iiyama-catv.ne.jp/~taikyou/taiikukan.html>

13:00～17:00 体育館内でのトレーニング

8月9日(金) 9:00～11:30 陸上トレーニング

13:00～16:00 陸上トレーニング 終了後現地解散

<内容> 基本的トレーニング(身体の使い方Ⅰ、筋力トレーニング、バランス系)

専門的トレーニング(身体の使い方Ⅱ、スピード系、ジャンプ系、実践系)

#### <参加対象>

選手: 小学生3年生以上、中学生、高校生、大学生が対象 ※各チームコーチ、保護者の方は見学が可能です。

#### <参加費用>

1泊3食(8日夕、9日朝、昼)付 8,500円 参加費2日間3,000円 合計11,500円(お釣りの無いようにお持ちください)

\*一部参加の場合、参加費半日につき1,300円

\*FISCHERセレクションメンバーは参加費無料

#### <持ち物>

運動靴(外用、室内用)、水筒(十分に)、タオル、着替え、洗面道具、筆記用具

#### <申し込み締め切り>

7月30日(火) 昼12時

#### <申込方法>

参加申込書に必要事項を記入の上、FAX又はEメールで送付してください。

#### <コーチングスタッフ>

江口 典秀トレーナー 元全日本アルペンナショナルチームトレーナー、マークスボディデザイン(株)代表取締役

伊東 裕樹(株式会社ゴールドウイン FISCHER)

堀川 弘晃(株式会社ゴールドウイン FISCHER)

ゴールドウイン/フィッシャー関係コーチ

#### <問合せ連絡先>

伊東裕樹 [hi-ito@goldwin.co.jp](mailto:hi-ito@goldwin.co.jp)

堀川弘晃 [h-horikawa@goldwin.co.jp](mailto:h-horikawa@goldwin.co.jp)

## <FISCHER キャンプ申込書>

### フィッシャーキャンプ担当 伊東 裕樹 宛

下記申込書に必要事項を記入し、FAX 又はEメールにてお申込み下さい。

参加申込み締切り 7月30日(火) 昼12時

FAX : 03-3481-7145

Eメール : [hi-ito@goldwin.co.jp](mailto:hi-ito@goldwin.co.jp)

全て必須項目です。

FISCHER キャンプ陸上トレーニング 2019年8月8日、9日	
* 参加者氏名 :	* 記入日 : 2019年 月 日
* ふりがな :	* 性別 男 : 女
* 所属	* 学年
<p>* &lt;18歳未満の未成年者参加のための同意書&gt;</p> <p>私はキャンプ開催日において満18歳未満の、 _____ (参加者名) の親権者/保護者であり、参加者が本キャンプに参加することに同意します。 保護者署名 : _____</p>	

#### ■参加者用 同意書 (参加者名記入をもって、同意したものとします)

私(参加者)は「スポーツ」の危険を充分承知の上、参加中は充分注意を払い、これを未然に回避し、万が一危険が発生した場合の措置につきましては主催者の指示に従い、かつその危険発生後のトラブル等につきましては主催者及びその関係者には一切クレーム、異議、苦情等を申し述べず、自己責任で処理致します。

- 1.私は主催者が設けたすべての規則・指示を遵守し、私個人の責任において、安全管理・健康管理に十分な注意を払い、万一、体調などに異常が生じた場合はすみやかに参加を中止します。
- 2.私は自身の健康管理に留意し、当日は健康に問題がないことを確認の上、参加します。参加中に、万一、事故・損失等が発生した場合は、主催者の参加中止勧告を受け入れ、私の責任において処理し、主催者には一切責任を問いません。なお、当日健康に異常のある場合は、参加を辞退します。
- 3.天候・不可抗力等によるトレーニングの中止、もしくは内容変更等が生しても異議を申し立てず、主催者の方針に従います。
- 4.私は個人の所有物について一切の責任を持ち、主催者に対してその紛失、破損等の責任は問いません。
- 5.参加のための移動については、私の責任において行い、事故等が無いように努めます。
- 6.トレーニングの映像、写真、記事等のテレビ、新聞、インターネット等への掲載権は主催者に属することに同意します。

プライバシーポリシー (個人情報保護方針)

#### ■個人情報の利用目的について

お客さまからお預かりした個人情報は、適切に管理し、当社からのご連絡やご質問に対する回答として、電子メールや資料のご送付に利用いたします。