

春季強化合宿

札幌自転車競技連盟

1 目的

自転車競技の基本的トレーニングを主体に種目別トレーニング等を取り入れ、基礎体力の強化と種目ごとの競技技術のレベルアップを図る。

2 時期

2010年5月3日(月)から5月4日(火)

3 場所

函館競輪場

4 参加者

札幌自転車競技連盟に登録する競技者

5 トレーニング内容

- (1) パワー系種目トレーニング
- (2) キャパシティー系トレーニング
- (3) トラック競技種目別トレーニング
- (4) 競技規則研修

6 予定宿泊施設

長島旅館(函館市宝来町 18-5 0138-26-2101)

7 参加費

一人 10,000円

8 申込期限

平成22年4月26日(月)FAX、郵送等で申込みのこと。

9 申込み問合せ先

札幌自転車競技連盟事務局 堀江・古舘まで(TEL011-251-1178,FAX011-232-4604)

10 その他

- (1) 函館までの往復はレンタカーを利用し、集合場所等詳細は後日お知らせします。
- (2) 健康保険証(写し可)、昼食代を持参願います。
- (3) 雨具等の装備を用意願います。
- (4) その他必要事項は、参加者に直接連絡します。

参加申込書

氏名		住所	
学校名		年生	連絡先
参加承諾書			
・上記の者が札幌自転車競技連盟春季強化合宿に参加することを承諾します。			
・私は、主催者の加入した保険の範囲及び応急処置以外の責を求めません。			
・個人情報の取扱いは、札幌自転車競技連盟の個人情報取扱規定に準ずる。			
平成22年 4月 日 保護者 _____ 印			