

5/8(土) トライアスロン「オーシャンスイム&ランセミナー」

参加者募集のお知らせ

横浜市トライアスロン協会では、2012年度に「オープンウォータースイム教室」という名称でオーシャンスイムセミナーをスタートし11年目を迎えました。5月のWTCS横浜大会や7月の日産カップ神奈川大会などに参加されるビギナーの方を中心としたオーシャンスイム&ランセミナーを開催することとしました。厳しい練習環境の中、オーシャンスイムでのトレーニングが十分ではないビギナーの皆さんが自信をもってスタートできるよう基礎技術の指導は勿論のこと、セミナー終盤では模擬レースを体験いただきます。緊急時やパニック時の対応など、安全についても学習して頂きます。

○概要

- ・開催日時：5月8日(日) ①10:00~12:15、②13:00~15:15
- ・開催場所：横浜市金沢区「海の公園」
- ・参加資格：WTCS横浜大会や日産カップ神奈川大会に参加されるビギナーの方(高校生以上)
- ・参加費用：JTU登録者(神奈川県連合登録者)2,500円
JTU登録者(神奈川県連合以外登録者)およびJTU未登録者3,000円
※参加費は当日の受付時に徴収します。時節柄、封筒にてお渡しいただければ幸いです
- ・募集人数：各20名(先着順)※定員に達し次第Webサイト上で募集打切りをお知らせします
- ・主催：横浜市トライアスロン協会
- ・共催：一般社団法人神奈川県トライアスロン連合
- ・後援(予定)：横浜市民局、公益財団法人横浜市スポーツ協会、公益財団法人横浜市緑の協会
- ・講師：調整中
- ・保険等：保険加入・AED配置

○スケジュール(②は13時受付開始、15時15分解散、セミナー内容は同じ)

10:00~受付：「海の公園」なぎさ広場管理棟前

<http://www.hama-midorinokyokai.or.jp/park/uminokouen/>

(最寄り駅はシーサイドライン「海の公園柴口」です)

※受付してから着替えていただき、開会ミーティングを行ないます

10:10~ 概要説明、自己紹介

10:20~ ランセミナー

10:50~ ウェットスーツの正しい着脱方

11:00~ ウォーミングアップ、スイム基礎講習、模擬レース

12:15 解散

【注意事項等】

・**コロナ対策、開催条件**

- ◆今後のコロナウィルス感染症拡大などにより実施が厳しいと判断される場合は中止する場合があります。
- ◇当日は基本的感染症対策を実施します。マスク着用および距離の確保をお願いいたします
- ◇最小開催人数を各回 5 名とし、開催 7 日前の時点でその人数に満たない場合は中止とします。
- ◇感染防止の為、以下備品は主催者で用意いたしません。各人でご用意願います。
水分、塩分、補給食、レスチューブ(必要な方)、ワセリン、日焼け止め、使い捨て手袋、
スイムゴーグル、ゴーグル曇り止め、レジャーシート(荷物置き用)

・**会場、設備**

- ◆会場までは公共交通機関の利用はお控え頂き、マイカー、バイク等でお越し下さい。
- ◇スイム会場まで砂浜を歩きますのでビーチサンダル等をご持参ください。
- ◆例年温水シャワー付の更衣室をご利用いただいていたましたが、設備が休業のため温水シャワーはご利用頂けません。(更衣室のみ利用可、ただし一度の収容人数は 8 名まで)
また、水道水(温水ではない)の蛇口と簡易シャワーがあります。

・**低温対策**

- ◇低温気象が予測される場合は、ベンチコート、ダウンなどご持参ください。手袋などがあると冷えから体を守ります。また 4 月でも紫外線が強まる事も想定されるため日除け対策もお忘れのないようにお願いします。
- ◆低温気象対応として、水温が 14℃に満たない場合セミナーを中止とします。

・**その他**

- ◇当日、体調が優れない場合には無理をなさらず下記までご連絡ください。ご希望に応じて次回以降のセミナーへ振替受講できるよう再登録させていただきます。

◇**お申し込みは**

- … ① https://www.kn-tu.or.jp/2022yta-seminar_05-08-1000
- … ② https://www.kn-tu.or.jp/2022yta-seminar_05-08-1300

◇**お問い合わせは** … 横浜市トライアスロン協会メールアドレス yta.info@kn-tu.or.jp

※天候不良の場合は中止とします。中止のお知らせは当日朝 6 時までに各自にメールでご連絡します。
※個人的理由によるキャンセル、天災または気象状況や海洋状況の悪化などの不可抗力の事由により、安全確保のためにセミナーを中止または講習内容を変更した場合は、参加費の返金はいたしません。あらかじめご了承ください。