

選手所属団体 御中

公益社団法人 日本ローイング協会  
強化委員会

## 12 月シニア強化合宿について

標題の件、次のシーズンに向けた継続強化を目的として、以下の通り実施しますのでお知らせします。

### 1. 12 月強化合宿

#### (1) 対象選手：

##### -1) スイープ強化選手

10 月 30 日(水)～11 月 8 日(金)実施の 10-11 月シニア強化合宿(男女ペア)で評価・選出された選手

##### -2) 12 月シニア強化合宿への選考トライアルである「Head of The ARA」の結果によって選考された選手・クルー (選手確定後、改めてお知らせします。)

#### (2) 目 的：2025 年シーズンにむけ継続的な強化を図るため。

#### (3) 日 程：2024 年 12 月 9 日(月)～12 月 22 日(日)

集 合：2024 年 12 月 9 日(月)14:00 戸田艇庫(昼食なし)

解 散：2024 年 12 月 22 日(日)AM トレーニング終了後(昼食前に解散予定、昼食なし)

#### (4) 開催場所：戸田ボートコース(埼玉県戸田市)

#### (5) 宿 泊：希望者は「東横イン戸田公園駅西口」とします。

※食事については昼食、夕食の提供を予定しております。

### 2. その他

#### (1) 本合宿は重点的にトレーニングを進めていきます。

2025 年シニアナショナルチーム選手選考に関わる 2000m エルゴタイムトライアルを実施の上(※)、本合宿にご参加ください。

また、スケジュール上、合宿参加までに上記 2000m エルゴタイムトライアルが実施不可能な選手は申し出の上調整させていただきます。

(※2025 年シニアナショナルチーム選手選考に関わる 2000m エルゴタイムトライアルの実施期間は、12 月 7 日(土)～12 月 22 日(日)(記録提出〆切 12 月 23 日(月))ではありますが、本合宿ではトレーニングを重点的に行うことを主眼とするため、原則、合宿期間内では上記エルゴトライアルを実施するためのスケジュールを組んでおりません。したがって、本合宿に参加する選手は、12 月 17 日(土)実施予定の「2024 WINTER バーチャルインドアローイング大会」等への参加、あるいは各団体・個人で、本合宿前に上記エルゴトライアルを実施の上、合宿にご参加ください。)

#### (2) 原則自艇参加となります。

地方より参加選手について、借艇が必要な場合は事前に強化委員会にお申し出ください。

#### (3) 規程の選手負担金 (8,000 円/日) をご負担いただきます。

食事のみについては別途実費分で精算させていただきます。

#### (4) 2025 年 1 月シニア合宿については以下で計画しております。

対象選手:「2024 年 12 月合宿でのパフォーマンスにより選考された選手」

「SBS 予選 TT 参加要件である 12 月実施の 2000m エルゴタイムトライアルにより選考された選手」

日程:2025 年 1 月 9 日(木)～1 月 24 日(金)

場所:戸田ボートコース

備考:2025 年 1 月 9 日(木)・10 日(金)JISS フィットネステスト予定

以上