

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

1 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. 1 月強化合宿

(1) 対象選手：

-1) 2024 年 12 月強化合宿招集選手

(JISS フィットネステストを 1 月実施に変更したため、12 月強化合宿招集選手を本合宿に招集し評価を行う予定です。)

-2) 2024 年 12 月 7 日(土)～22 日(日)期間内実施の 2000m エルゴ(記録提出〆切 2024 年 12 月 23 日(月))の結果、2000m エルゴで体重別% IDT95.0%以上(目安)出した選手をこの強化合宿に招集する場合があります。

(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：2025 年 1 月 9 日(木)～1 月 24 日(金)

集合：2025 年 1 月 9 日(木)14:00 戸田艇庫(昼食なし)

-1) 1 月 9 日(木)・10 日(金)JISS フィットネステスト実施予定

-2) 1 月 21 日(火)～24 日(金)の期間で、タイムトライアル実施予定

解散：2025 年 1 月 24 日(金)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) 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。

(2) 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。

(3) 合宿参加者の交通費は、協会負担といたします。

(4) 2025 年 2 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:「2025 年 1 月合宿でのパフォーマンスにより選考された選手」

日程:2025 年 2 月 7 日(金)～2 月 20 日(木)

場所:戸田ボートコース

※2025 年 2 月 8 日(土)～16 日(日)期間内実施の 2000m エルゴ(記録提出〆切 2025 年 2 月 17 日(月))を、「2 月合宿期間中の 2 月 8 日(土)午前」に実施する予定です。

以上