

2013NTUジュニアトライアスロン教室

2013年8月11日(日)開催・村上教室（パルパーク神林会場）のご案内

水泳・自転車・ランニングの3種目がバランス良く組み合わせられたスポーツ＝トライアスロン。

この素晴らしいスポーツを1人でも多くの子供たちに体験してもらおうと、本教室は2001年より北海道から沖縄まで全国各地で開催し、毎年多くの参加者の方々にお集まりいただいております。

今年も未来に羽ばたくアスリートのために総合的な練習方法を専門の指導者が分りやすく紹介します。この機会に是非トライアスロン競技を体験してみてください。

■開催日

2013年8月11日(日曜日)

■開催場所

パルパーク神林

所在地：新潟県村上市九日市501

■受付時間・場所

2013年8月11日(日)06:45～

受付場所：パルパーク神林 体育館前

※7時から開講式です。時間に余裕をもってお起こしください。

■主催

新潟県トライアスロン連合

共催：蒼紫スポーツクラブ

：公益社団法人日本トライアスロン連合

■主 管

村上トライアスロンクラブ

村上・笹川流れ国際トライアスロン大会実行委員会

■後 援

村上市教育委員会／村上市体育協会

村上市スポーツ少年団（予定）

■スケジュール(予定)

06:45～	受付
07:00～07:20	開講式・説明会
07:20～08:05	ラン・バイクレッスン
09:10～10:00	スイムレッスン
10:15～10:45	閉講式

◆持ち物＝水泳用具・自転車・ヘルメット・着替え・水筒
ヘルメットをお持ちでない方は事前に御相談ください。

■参加対象

小学1年生～6年生 中学生

※小学生未満のお子様は参加できませんのでご了承ください。

■定員

30名 ※先着順、定員になり次第締め切ります。

■参加費用

無料

※主催者負担にて規程の傷害保険に加入いたします。

■申し込み方法

参加ご希望の方は申込書に必要事項をご記入の上、
8月7日(水)まで、郵送またはFAXにて下記事務局まで
お申し込みください。

※FAXでお申し込みされた場合は、当日申込書（誓約書）
の原本を受付にお持ちください。

■参加申込み／問い合わせ先

村上・笹川流れ国際トライアスロン大会事務局内

「ちびっこ・ジュニアトライアスロン教室」

〒958-0837 新潟県村上市三之町1-6 クリエイト村上

TEL:0254-53-3399

FAX:0254-53-3389

Mail: trithlon@iwafune.ne.jp

JTU ジュニア会員登録について

公益社団法人日本トライアスロン連合では、小中学生を対象とした「JTUジュニア会員登録」を開始いたしました。

競技に関わる情報を提供してまいります。

正しい知識で競技に取り組んでいただくためにも会員登録を推奨します。詳細につきましては、下記までお問合せください。

新潟県トライアスロン連合 会員登録専用

TEL:025-375-3964

2013 NTUジュニアトライアスロン教室スケジュール（案）

時間	内容	場所	
06:30	スタッフ集合		
06:45～07:00	参加受付		
07:00～07:20	開講式 オリエンテーション 準備体操	パルパーク 玄関前	
07:20～08:05	ラントレーニング ・ ランドリル（色々な動きで運動神経を開発する） ・ ジョグ（効率の良い走り方の練習） ・ ランニング（効率の良い走り方の実践）	多目的グラ ウンド （トラック）	
	休憩（5 分間）		
08:10～08:55	バイクトレーニング ・ ヘルメット、バイクチェック（ストラップの長さ、タイヤの空気圧等） ・ ポジションチェック（サドルの高さ等） ・ 乗車の仕方 ・ ブレーキのかけ方 ・ スラローム ・ バイク実践 ・ トラジション練習（ヘルメット⇒乗車、ミニラン⇒バイク）	トラック 外周道	
	休憩～着替え（15 分間）		
09:10～10:00	スイムトレーニング ミニレース ・ プールの水深、形状確認 ・ ウォーミングアップ ・ 伏し浮きからバタ足練習（ボディポジションチェック） ・ 呼吸練習から片手クロール ・ クロール練習 ・ ヘッドアップトレーニング ・ スラローム泳 ・ 目標に向かって泳ぐ	プール	
	休憩～着替え（15 分間）		
10:15～10:45	閉講式 片付け～解散		

2013年NTUジュニアトライアスロン教室

【2013年8月11日(日)開催・村上教室 申込書】

参加ご希望の方は、申込書および誓約書に必要事項を記入の上、8月7日(水)までに下記宛にお申し込みください。

(FAXでお申し込みの場合は、開催当日に本申込書と誓約書をご持参ください。)

送付先:ちびっこ・ジュニアトライアスロン教室 事務局 宛
〒958-0837新潟県村上市三之町1-6 クリエイト村上2F
TEL:0254-53-3399 / FAX:0254-53-3389

※ 教室当日は、開催要項のスケジュールに従ってお集まりください。

フリガナ 氏 名			性 別	男 ・ 女
住 所	〒			
電 話	() -	FAX	() -	
緊急連絡先			Eメール	
生年月日	西暦 年 月 日 ※開催日時点の年齢 () 歳			
学校名			学 年	年生

◆下記のアンケートにお答えください。

1. 今までやってきたスポーツは何ですか？			
2. トライアスロンや関連競技に出場したことはありますか？	ある (いつ頃:) ・ ない		
3. スイムについて	泳げる (25m以内／25～50m／50m以上) ・ 泳げない ※		

※泳げない方でも「NTUジュニアトライアスロン教室」に参加できます。

◆自己PRや大会記録・スイム記録等ございましたら自由にお書きください。

--	--

★ヘルメットについて、どちらかに○をつけてください。 A ある。 B ない。

誓 約 書

2013 年 NTU ジュニアトライアスロン教室・村上会場（教室開催日：2013 年 8 月 11 日）

<誓約>

私は、新潟県トライアスロン連合（以下、NTU という）主催、並びに公益社団法人日本トライアスロン連合（以下、JTU という。）共催の「2013 年 NTU ジュニアトライアスロン教室（以下、教室という。）」の参加にあたり、下記のことを誓います。

<教室の特性の理解と参加適正>

1. 私は JTU が設けた全ての規約・規則・指示を順守し、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はらい教室に参加し、万一、体調などに異常が生じた場合はすみやかに受講を中止することを誓います。

<健康状態の自己申告>

2. 現在、私の健康状態は、最近 1 年間の医師の健康診断の結果、健康であることが確認されており、教室の参加により、問題を生じることは予想されません。また、特異体質（アレルギー体質、過敏症など）や既往症などにより、大会医療班が緊急医療のために知っておいてほしいことがある場合は、事前に JTU に書面で申告します。なお教室主催者からの要請があれば、健康診断書など必要な書類を提出します。

<自己管理責任と応急処置の承諾>

3. 私は参加者個人の自覚と責任において、安全と健康に十分な注意を払い教室に参加します。また、教室開催中に私が負傷し、事故に遭遇し、また疾病が生じた場合においては、教室主催者が指定する医師が私に対する応急処置を施すことを承諾し、その応急処置の方法及び結果に対して異議を唱えません。

<負傷・死亡事故の免責>

4. 私は、競技中及び付帯行事の開催中に負傷し、後遺症が発生し、あるいは死亡した場合においても、私に対する補償は教室主催者が契約している保険の範囲内であることを承諾します。また、私に対する補償は教室に掛けられた傷害保険の範囲内であることを確認し承知いたします。従って、私はここに、私自身、私の遺言執行者、管財人、相続人、近親者などのいずれから、私が被った一切の損害について賠償請求、訴訟の提起およびそれらのための弁護士費用などの支払請求を行わないことを誓います。

<免責責任>

5. 天災または気象状況の悪化などの不可抗力の時由によって、安全確保のために教室中止または講習内容に変更があった場合、さらには講習用具の紛失、破損などにより教室参加に支障が生じた場合において、教室への参加のために要した諸経費の支払い請求を行わないことを承諾します。また教室期間中に自らの競技用具の紛失、破損または盗難に対しては、教室主催者の重大な過失がある場合を除き、教室主催者に対し補償を求めないことを承諾します。

<肖像権及び個人情報の取扱い>

6. 私の肖像、氏名、住所、年齢、競技歴史及び自己紹介などの個人情報、教室のパンフレット、リザルト、教室の関連する広報物、印刷物、ビデオ、報道並びに情報メディアなどによる商業的利用を承諾します。

<親族等の承諾>

7. 私の家族、親族及び保護者は本誓約書に基づく教室の内容を理解し、私の教室参加を承諾しています。

<本誓約書に規程されていない事項について>

8. 本誓約書以外のことについては、JTU 競技規則および教室規程に従い解決することを承諾します。

新潟県トライアスロン連合（NTU）御中

私は、以上のことを理解し承諾したことを確認するために、次に必要事項を明記します。また、私および私の保護者は、教室の誓約書および教室用傷害保険を含む教室の内容を良く理解し承諾したことを誓い、下記に必要事項を明記し署名いたします。

◆ 参加者自筆署名（捺印）

◆ 保護者自筆署名・捺印

2013 年 月 日

印

2013 年 月 日

印