

冬合宿要項 2.21

【開催日】 平成 22 年 12 月 25 日(土)～同 28 日(火)

【宿泊場所】 [村山ジャンボ](#)

【集合場所および時間】 [富士宮駅 10:40](#)(1,2,3日目共通)
自動車の場合 [ジャンボ 11:00](#)(//)
[ジャンボ 8:30](#)(4日目)

- ※ 時間厳守をお願いします。遅れた場合各自で(タクシーなどで)来てもらうこととなります。(篠原タクシー：0544-26-4111)
- ※ 上記の通りに集合の場合、1日目(参加初日)は昼食が出ず、午後メニューからとなります。**昼食は各自準備してきてください。**
- ※ 自動車の方は村山ジャンボの駐車場が利用可です。

【使用トレイン】 勢子辻 丸火 村山口登山道 日沢(鹿角杯・はにわ杯)

【参加費】	全日程	28,000 円
	3日間	19,000 円
	2日間	10,000 円
	鹿角杯・はにわ杯のみ	1,500 円
	以下個別日程(敬称略)	
	1～3日目午前(中山、山田)	18,000 円
	1～3日目午後(岩崎)	20,000 円
	1～2日目午後(鳥居、吉江)	10,500 円
	1日目のみ(多比羅)	1,500 円
	2～3日目午後(倉田)	10,500 円

- ※ **当日回収**します。必ず持ってきてください。
- ※ Eカードレンタルの方は+500円で、紛失した場合実費で弁償となります。

【当日連絡先】 電話番号 080-6003-7938

メールアドレス [ryo1_the_kid\(at\)ezweb.ne.jp](mailto:ryo1_the_kid@ezweb.ne.jp) 齋藤遼一まで

【注意事項】

- インフルエンザが流行っているため体調管理を徹底してください。体調が優れない人は診察を受けに行ってもらいます。場合によっては強制送還などもありえるので注意してください。

冬合宿要項 2.21

- 寒いと思うので防寒対策をしっかりとってきてください。
- 近くに小さな商店がひとつあるだけでコンビニなどはありません。必要なものは各自であらかじめ準備しておいてください。

【タイムテーブル】

25 日		26 日	
10:40	富士宮駅集合	6:30	起床
11:10	宿到着・準備	7:30	朝食
12:00	移動	8:30	移動
13:00	メニュー開始	9:10	メニュー開始
15:30	メニュー終了	12:30	昼休み
15:50	参加者移動	13:30	メニュー開始
16:30	撤収完了	15:30	メニュー終了
18:00	夕食	15:50	参加者移動
16:30~19:30	入浴可	16:30	撤収完了
19:30	ナイトメニュー	18:00	夕食
22:30	就寝	16:30~19:30	入浴可
		19:30	ナイトメニュー
		22:30	就寝

27 日		28 日(鹿角杯/はにわ杯)	
6:30	起床	6:30	起床
7:30	朝食	7:30	朝食
8:30	移動	9:30	トップスタート
9:00	メニュー開始	ゴール後、前泊者には弁当が出ます	
12:00	昼休み	12:30	ゴール閉鎖・撤収開始
13:00	ミニレース開始	14:00	撤収完了・表彰・解散
15:00	ミニレース終了	14:40	バス富士宮駅到着
16:30	撤収完了		
18:00	夕食		
16:30~19:30	入浴可		
19:30	ナイトメニュー		
22:30	就寝		

※26日午後からの人は基本的に25日の時間をスライドさせて参加します。

冬合宿要項 2.21

【メニュー】

1日目(勢子辻)		ラインO	マススタート練
2日目(丸火)	午前	直進練	シンプルファイ
	午後	チェイシング	
3日目(村山口登山道)			
	午前	リロケートO	サーキット
	午後	ミニレース	
4日目(日沢)		鹿角杯・はにわ杯	

※1日目および2日目は、追加サーキットができます。

【グループ分け】

表記しているもの以外にも適宜コーチについてももらいます。

【1日目ラインOのグループ】

A	田邊拓也	新見健輔	関淳	中村憲	ぼっしょい
B	石黒裕將	岩崎航	菅野敬雅	関口智大	深澤至貴
C	齋藤遼一	嵯峨駿佑	田村直登	辻本誠	鳥居正
D	内山将一	佐藤亮介	多比羅大	辻上裕之	
E	南翔	中山貴裕	布木純	山田宏	
F	佐藤大典	高橋亮	田力明洋	コーチ	
G	渋川哲	小山健斗	橋本英明	吉江一樹	
H	水野綾子	佐野まどか	沢田慧	コーチ	
I	大沼由佳	青木佳世	田村佳菜子	平方遥子	

【2日目シンプルファイのペア】

田邊拓也—ぼっしょい	新見健輔—中村憲	深澤至貴—関淳
石黒裕將—関口智大	平野弘幸—菅野敬雅	田村直登—辻本誠
嵯峨駿佑—岩崎航	齋藤遼一—鳥居正	内山将一—田力明洋
中山貴裕—小山健斗	辻上裕之—境沢勇人	佐藤亮介—布木純
佐藤大典—高橋亮	小林洋平—山田宏	南翔—渋川哲
橋本英明—吉江一樹		
水野綾子—佐野まどか	大沼由佳—田村佳菜子	
青木佳世—沢田慧	平方遥子—江幡禎子	

冬合宿要項 2.21

【2日目チェイシングのグループ】

A	三森創一朗	佐藤悠太	新見健輔	田邊拓也	中村憲	ぼっしょい
B	石黒裕將	関淳	関口智大	谷川徹	平野弘幸	深澤至貴
C	田村直登	岩崎航	内山将一	菅野敬雅	辻上裕之	辻本誠
D	齋藤遼一	見目裕之	嵯峨駿佑	佐藤亮介	高崎晋太郎	鳥居正
E	中山貴裕	布木純	佐藤大典	田力明洋	山田宏	吉江一樹
F	高橋亮	市川晋	小山健斗	小林洋平	境沢勇人	
G	橋本英明	新野純平	高橋亮太	袖村巧	南翔	
H	吉田郁也	井上敦	渋川哲	綱島俊一	守永翔一	
I	水野綾子	大沼由佳	佐野まどか	高野美春	新井宏美	
J	平方遥子	沢田慧	青木佳世	倉田美知子	田村佳菜子	
K	中村聖美	鹿志村美帆	堀口奈保	齋藤晏里	コーチ	

【3日目リロケートOのペア】

田邊拓也—佐藤悠太	中村憲—ぼっしょい	三森創一朗—関淳
新見健輔—平野弘幸	関口智大—菅野敬雅	谷川徹—辻上裕之
深澤至貴—辻本誠	齋藤遼一—石黒裕將	内山将一—岩崎航
嵯峨駿佑—見目裕之	田村直登—田力明洋	佐藤亮介—高橋亮
布木純—佐藤大典	高崎晋太郎—境沢勇人	中山貴裕—南翔
山田宏—小山健斗	小林洋平—橋本英明	高橋亮太—新野純平
綱島俊一—井上敦	吉田郁也—守永翔一	袖村巧—市川晋
渋川哲— コーチ		
水野綾子—高野美春	佐野まどか—新井宏美	大沼由佳—倉田美知子
平方遥子—沢田慧	中村聖美—田村佳菜子	青木佳世—鹿志村美帆
堀口奈保—齋藤晏里		

冬合宿要項 2.21

【3日目ミニレースのスタートリスト】

13:00	渋川哲	13:19	水野綾子	13:38	齋藤遼一
13:01	堀口奈保	13:20	市川晋	13:39	小山健斗
13:02	田力明洋	13:21	田村佳菜子	13:40	辻上裕之
13:03	青木佳世	13:22	吉田郁也	13:41	関口智大
13:04	守永翔一	13:23	高野美春	13:42	佐藤大典
13:05	齋藤晏里	13:24	布木純	13:43	小林春樹
13:06	岩崎航	13:25	平方遥子	13:44	内山将一
13:07	大沼由佳	13:26	橋本英明	13:45	関淳
13:08	袖村巧	13:27	佐野まどか	13:46	高橋亮
13:09	中村聖美	13:28	小林洋平	13:47	高橋恒二
13:10	境沢勇人	13:29	菅野敬雅	13:48	平野弘幸
13:11	倉田美知子	13:30	南翔	13:49	田村直登
13:12	井上敦	13:31	嵯峨駿佑	13:50	ぼっしょい
13:13	鹿志村美帆	13:32	綱島俊一	13:51	田邊拓也
13:14	高崎晋太郎	13:33	高橋亮太	13:52	佐藤悠太
13:15	新井宏美	13:34	深澤至貴	13:53	中村憲
13:16	新野純平	13:35	辻本誠	13:54	石黒裕將
13:17	沢田慧	13:36	谷川徹	13:55	三森創一朗
13:18	佐藤亮介	13:37	見目裕之	13:56	新見健輔

【ナイトメニュー】

1日目 コース組み大会

2・3日目 発表会

今回の冬合宿では、ナイトメニューとして「発表会」を行います。これはあらかじめ選んだテーマにしたがって、東北大の部員がグループごとに調べてプレゼンを行い、それについて意見を交わす形式のディスカッションです。

【鹿角杯・はにわ杯】

距離(アップ) 鹿角杯：4.5km(270m)

はにわ杯：3.5km(200m)

ウィニング // ：35～40分

// ：40～45分

競技時間 クラス共通で90分

冬合宿要項 2.21

【鹿角杯・はにわ杯スタートリスト】

9:30	田村直登	9:54	関淳	10:18	岡本耀平
9:31	渡邊彩香	9:55	中村聖美	10:19	阿部一樹
9:32	田力明洋	9:56	嵯峨駿佑	10:20	深澤至貴
9:33	沢田慧	9:57	高野美春	10:21	吉田郁也
9:34	平野弘幸	9:58	新野純平	10:22	新見健輔
9:35	田村佳菜子	9:59	青木佳世	10:23	橋本英明
9:36	鈴木蒼	10:00	石黒裕將	10:24	近藤康満
9:37	大沼由佳	10:01	堀口奈保	10:25	菅野敬雅
9:38	谷川徹	10:02	布木純	10:26	守永翔一
9:39	齋藤晏里	10:03	水野綾子	10:27	佐藤悠太
9:40	境沢勇人	10:04	寺田啓介	10:28	南翔
9:41	平方遥子	10:05	袖村巧	10:29	齋藤遼一
9:42	見目裕之	10:06	辻本誠	10:30	高橋亮太
9:43	日比谷由紀	10:07	井上敦	10:31	宮本佳記
9:44	高崎晋太郎	10:08	中村憲	10:32	三森創一朗
9:45	新井宏美	10:09	小林洋平	10:33	辻上裕之
9:46	小林春樹	10:10	小澤宏紀	10:34	高橋恒二
9:47	幸谷奈津美	10:11	渋川哲	10:35	佐藤大典
9:48	佐藤亮介	10:12	小山健斗	10:36	ぼっしょい
9:49	鹿志村美帆	10:13	内山将一	10:37	瀧本拓央
9:50	市脇翔平	10:14	綱島俊一	10:38	高橋亮
9:51	佐野まどか	10:15	関口智大	10:39	田邊拓也
9:52	吹田一将	10:16	市川晋		
9:53	宮恵美	10:17	内田亘紀		