

2019 年度埼玉県トライアスロン連合スイム練習会（狭山会場）募集要項

2019 年度は内容をパワーアップし練習会を継続します。

STU トライアスロン一般愛好家のみなさん向けの練習会です。多くのご参加お待ちしております。

スイム動作に活かせるストレッチから、シーズンに合わせた練習内容、スイムフォームの動画撮影まで、内容盛りだくさんです！

1. 主催 埼玉県トライアスロン連合(STU)

2. 趣旨 スイムの競技力を向上するためのトレーニングを行う。

また、埼玉県トライアスロン連合会員間の情報交換、親睦の場とする。

3. 日時と会場

4/7(日)

5/12(日)

6/16(日) 以後は、決まり次第、WEB サイトに掲載します。

6:00~6:15 受付/6:30~7:00 室内陸上トレーニング/7:00~9:00 プール練習

スポーツクラブ I-FA 埼玉県狭山市水野 506-1 TEL: 04-2956-0093 西武池袋線入曽駅徒歩 3 分

<http://www.i-fa.net>

4. 参加資格・定員 中学生以上のトライアスロン愛好者もしくはこれからトライアスロンを始めたいと考えている方。各回 20 名程度。

5. 参加費 800 円/回・人(当日徴収。傷害保険代含む)

但し、STU2019 年度会員以外は 1500 円/回・人、学生は 500 円/回・人

※諸所値上げに伴い、参加費を改定しております。何卒ご容赦ください。

6. 申込方法：当日先着順、初めて参加される方は誓約書を記入頂きます。

7. 練習会内容

①2~4 コース貸し切り利用。レベル別に参加者・講師相談によるメニュー実施が基本。

②初心者向けコースを設け、スイムコーチ経験者他 STU スタッフが指導予定。

③フォームチェック用にスイム動画を撮影します。撮影した動画は SNS サイトで閲覧へアップロードします。

8. その他

①スイム道具以外にも、短パン T シャツなどストレッチが出来る服装をご準備ください。

②ウエットスーツ着用可。但し、ワセリン等水質悪化の原因になるものの利用は不可

③ロッカー、シャワー利用可(無料)

④駐車場利用可(無料。但し、退館後 10 分以内に駐車場退出願います。)

⑤自転車でのご来場も可能ですが、当施設指定の駐輪場所にお停めください。

(チェーン錠等必ずご持参ください。盗難等の責任は負いかねます。)

9. 当日の緊急連絡先 090-4820-0665 (タガミ)

10. 問い合わせ先 埼玉県トライアスロン連合 事務局 info@stu-triathlon.com

- 埼玉県トライアスロン連合 スイム練習会(狭山会場) 参加申込書 -

(ふりがな) 参加者氏名			性別	男 ・ 女	
	生年月日	西暦 年 月 日生	当日年齢	歳	
住所	(〒 -)				
STU 登録番号	3 1 1 - (必須ではありません)				
電話番号		携帯番号			
	およそのスイムタイムをお書きください(コース分けの為) 400m、750m、1500m、3000m、()m ()分()秒ぐらい				

誓 約 書

私及び私の保護者は、

1. [規則の遵守義務と自己管理責任] 私は、練習会が公共の施設を利用して行われるため、練習会主催者(以下、主催者と略す)が設けたすべての規約・規則・指示を遵守し、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練習会に参加し、万一、体調などに異常が生じた場合はすみやかに主催者に報告しトレーニングを中止または一時休止することを誓います。

2. [競技特性の理解と参加適正] 私はトライアスロンおよびこれに関連するスポーツ経験が十分あり、練習会がスイム・バイク・ランから構成される複合競技であり、競技者の体調は急激に変化する特性があることを認識しております。また、練習会会場は不安定な要素の多い野外あるいは施設などの広い範囲に設定されるため、緊急時の救護あるいは対応に支障をきたす可能性が高いことを良く理解しております。現在私の健康状態は良好であり練習会へ参加するに何にも問題を生じることは予想されません。さらに私は、練習会日より1年以内に医師の健康診断の結果健康であることが確認されています。また、アレルギー体質、過敏症などの特異体質や既往症など、さらには宗教上その他の理由などにより、練習会主催者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、事前に練習会主催者に書面で申告いたします。なお、練習会主催者からの要請があれば、健康診断書・負荷心電図証明書などを提出いたします。

3. [トレーニングの中止勧告順守と応急処置] 私は、主催者により競技続行に支障があると判断された場合、主催者のトレーニング中止勧告を受け入れます。また、練習会開催中に私が負傷したり、事故に遭遇し、あるいは発病した場合には、医師および主催者が私に対し応急処置を施すことを承諾し、その応急処置の方法および結果に対しても異議をとえません。

4. [負傷・死亡事故の免責] 私は、トレーニング中および付帯行事の開催中に負傷した場合、またこれらに基づいた後遺症が発生した場合、あるいは死亡した場合においても、その原因のいかんを問わず、練習会に係わるすべての練習会関係者に対する責任を免除いたします。また、私に対する補償は練習会に掛けられた傷害保険の範囲内であることを確認了承いたします。従って、私はここに、私自身、私の遺言執行人、管財人、相続人、近親者などのいずれからも、私が被った一切の障害について賠償請求、訴訟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。

5. [不可抗力事項の免責] 私は、気象状況の悪化およびトレーニング環境の不良など練習会主催者の責に帰するべからざる事由により、練習会が中止になった場合、または、競技内容に変更があった場合、さらには競技用具の紛失・破損などにより競技参加に支障が生じた場合においても、主催者に対してその責任を追究しないこと並びに練習会への参加のために要した諸経費(参加自己負担金を含む)の支払請求を一切行わないことを誓います。

6. [肖像権などの広報使用と商業的利用] 私は、私の肖像・氏名・住所・年齢・競技歴などが、練習会に関連する広報物全般および報道・情報メディアにおいて使用されることを了承し、これらに付随して主催者・管轄競技団体が製作する印刷物・ビデオ・情報メディアなどによる商業的利用を承諾いたします。

7. [親族の参加承諾と専属管轄事項] 私は、私の家族・親族または保護者が、本誓約書に基づく練習会の内容を理解了承し、私の練習会参加を承諾していることを誓います。万一、練習会に関する争いが生じた場合、その第1番の専属管轄権は、さいたま地方裁判所とし、準拠法は日本法とすることに同意いたします。

以上のことについて承諾したことを誓い、下記に必要事項を明記し署名します。

西暦 年 月 日
署名: