

オリエンテーリング愛好者の皆様

長岡オリエンテーリングクラブ
古田島 貴之

長岡オリエンテーリングクラブ初級者練習会のご案内

当クラブでは、初心者から初級者へのランクアップを目指す方を主な対象として、次のとおり練習会を企画しました。運営を省力化しているため、ご不便やご協力をお願いすることがあるかもしれませんが、是非ご参加ください。

1 期 日

4月 9日 (日)
4月16日 (日)
4月30日 (日)

2 時 間

受付時間 8:45～ 9:00
練習時間 9:00～12:00

3 会場

受付場所 見附市大平森林公園駐車場
(トイレ付近)

※ 受付場所と練習拠点が異なります。受付時間中にご参集ください。

使用地図 大平森林公園2014

- ・2017年3～4月 一部再調査
- ・縮尺 1/10,000
- ・等高線間隔 5m 通行可能度 4段階

4 申し込み方法

- ・メールでの申し込み (推奨)

次のメールアドレスに申込時必要事項をメールしてください。

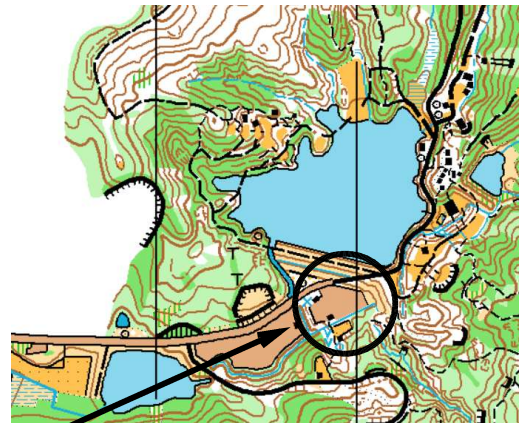
yassan_5114◆m2.nct9.ne.jp (◆は@)

申込時必要事項: 代表者氏名・参加人数・代表者連絡先

- ・郵送での申し込み

次の宛先に上記申込時必要事項を記入した葉書を郵送してください。

〒940-0846 長岡市花園東2-130-5 古田島 貴之



※ 傷害保険に加入しますので、参加者全員分の個人情報（氏名、生年月日、住所、電話番号）を当日お知らせいただく必要があります

5 申し込み締め切り

練習日前日の15:00まで（郵送の場合は必着）

※ 当日申し込みはできません

6 費用

当クラブ員 300円／1人

上記以外の方 700円／1人

7 メニュー（予定）

下記の練習ができるコースを設定するので、各自で練習してください。ただし、ご希望の場合若干の指導をさせていただくことが可能です。

- ・ 1, 2, 3
- ・ 尾根、沢の確認
- ・ コントロールピッキング
- ・ 総合練習

1コースの長さは500m前後です。

8 注意事項

- ・ 各自の責任で参加してください。
- ・ 健康管理と安全への配慮を心がけ、絶対に無理をしないでください。
- ・ 残雪やぬかるみがありますので、足下に気をつけてください。
- ・ 非常に危険な崖が多数存在しますので、滑落しないようご注意ください。
- ・ 下枝や倒木が密集している場所がありますので、怪我にご注意ください。（例えば、はねた枝が眼に入らないようご注意ください。）
- ・ 会場の占有利用はしていませんので、一般の方の迷惑にならないようマナーに配慮して練習してください。
- ・ 雨天決行、荒天中止です。
- ・ 悪天候の場合、荷物の雨よけ用に練習拠点にブルーシートを用意します。
- ・ 練習拠点には参加者が風雨をしのぐ場所はありませんので、各自で対応をお願いします。
- ・ 練習拠点にはトイレ、給水施設等、一切ありません。
- ・ 水分補給ができる物を各自で練習拠点までご持参ください。
- ・ 貴重品の管理は各自でお願いします。
- ・ 大学生以上の参加者には撤収作業にご協力いただきます。
- ・ 当日のキャンセル等、緊急の場合は下記にご連絡ください。

【緊急連絡先】 080-5403-9580（古田島携帯）