

各位

## 2023年度春季ラート実技講習会要項（一般対象）

日本ラート協会

1. 会場 千葉県立手賀の丘青少年自然の家（04-7191-1923）  
〒270-1456 千葉県柏市泉 1240-1  
会場までの交通手段・地図は、<https://www.tega.jp/access> をご参照下さい。
2. 期 日 2023年3月11日（土）10:00 集合（多目的ホール）  
2023年3月12日（日）17:00 解散
3. 共 催 千葉県立手賀の丘青少年自然の家
4. 講 師 日本ラート協会指導員
5. 内 容(予定) ○グループ別実技講習会（直転・斜転・跳躍・2人組など）  
○級の認定  
\*級の認定には1種目につき1,000円の登録料が必要です。バッジ代は別途850円が必要です。  
○ビデオ講習  
○シルホイール体験
6. 日 程
- |          |             |                     |
|----------|-------------|---------------------|
| 3月11日（土） | 10:00～10:30 | 搬入と準備               |
|          | 10:30～12:00 | 実技講習                |
|          | 12:00～13:00 | 昼食                  |
|          | 13:00～16:00 | 実技講習                |
|          | 16:30～17:00 | 宿泊者のみオリエンテーション      |
|          | 17:00～17:30 | 宿泊部屋の準備             |
|          | 17:30～18:30 | 夕食                  |
|          | 19:00～20:30 | 指導員の練習（受講生見学可）      |
| 3月12日（日） | 7:20～7:40   | 清掃（施設主催）            |
|          | 7:45～8:45   | 朝食                  |
|          | 9:00～12:00  | 実技講習（うち1時間シルホイール体験） |
|          | 12:00～13:00 | 昼食                  |
|          | 13:00～16:00 | 実技講習                |
|          | 16:00～16:30 | 片付け                 |
7. 参加費 1) 日本ラート協会会員の方 6,000円  
2) 日本ラート協会非会員の方 8,500円  
\*講習会に参加される方は必ずなんらかの傷害保険に加入して下さい。  
\*保険加入を希望される方は別途1,850円が必要です。  
\*途中からの参加を希望される方はあらかじめご連絡下さい。
8. 宿 泊 千葉県立手賀の丘青少年自然の家 3月11日（土）～12日（日）  
宿泊費 一泊 18歳以上1,018円、18歳未満488円
9. 食 事 千葉県立手賀の丘青少年自然の家  
3月11日（土）昼食、夕食、12日（日）朝食、昼食  
**中学生以下 朝食517円、昼食627円、夕食737円**  
**高校生以上 朝食572円、昼食682円、夕食792円**
10. 持ち物 運動のできる服装・室内用トレーニングシューズ
11. 申込み 申し込み用紙をご記入の上、メールまたは郵送にて日本ラート協会事務局までご送付下さい。  
または、こちらのフォームからもお申込み可能です。<https://forms.gle/AYdpKm9LJdu5QYti7>  
後日、詳細をお送りします。（2月22日必着）

日本ラート協会事務局

〒305-0032 茨城県つくば市竹園 1-13-2-1104

TEL:080-4420-7923 e-mail:office@rhoenrad.jp

以上