

各位

2024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 2025年3月8日（土）10：00 集合
2025年3月9日（日）17：00 解散
3. 対 象 学生（大学生、短期大学生、高等専門学校生、専門学校生）以外の方
※上記の学生の方は学生対象のラート実技講習会にご参加ください。
4. 共 催 千葉県立手賀の丘青少年自然の家
5. 講 師 日本ラート協会指導員
6. 内 容 ○グループ別実技講習会（直転・斜転・跳躍・2人組など）
○ビデオ講習
○級の認定
* 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1,100円が必要です。
7. 日 程 3月8日（土） 10：00 集合・準備
10：15～10：30 準備運動
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 オリエンテーション（宿泊者のみ）
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9日（日） 7：20～ 7：40 清掃（施設主催）

7：45～ 8：45 朝食

9：00 集合

9：15～ 9：00 準備運動

9：30～12：00 実技講習

12：00～13：00 昼食

13：00～16：00 実技講習

16：00～16：30 集合・片付け

8. 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傷害保険に加入して下さい。

*協会の推薦する保険への加入を希望される方は別途 1,850 円が必要です。

*講習会に遅参・早退される方、1日のみの参加の方はあらかじめご連絡下さい。

9. 宿泊 千葉県立手賀の丘青少年自然の家 3月8日（土）～9日（日）

宿泊費（一泊）18歳未満 488 円、18歳以上 1,018 円

10. 食事 千葉県立手賀の丘青少年自然の家

9月7日（土）昼食、夕食、10日（日）朝食、昼食

中学生以下 朝食 616 円、昼食 748 円、夕食 880 円

高校生以上 朝食 680 円、昼食 814 円、夕食 946 円

11. 持ち物 運動のできる服装・室内用トレーニングシューズ

*宿泊を希望される方は、タオル、シャンプー等のアメニティをご持参下さい。

12. 申込 申込用紙に必要事項をご記入の上、メールにて日本ラート協会事務局までご送付下さい。

後日、詳細をお送りします。（2月10日必着）

E-mail : office@rhoenrad.jp

以上