

インクルーシブ中級スキルアップ講座

主催 JSAF パラセーリング委員会

協力 NPO 法人セイラビリティ江の島

ハンザクラスは、障がいのある方はもちろん、子供から高齢の方まで、安全に楽しむことができるヨットです。本講座では、このハンザクラスヨットでのセーリング技術の向上を目的としています。

江の島ヨットハーバーは、練習海面がすぐ目の前というアクセスの良さ、障がい者にも優しいクラブハウスの設備など、様々なセーラーにとって魅力的な海です。本講座がスキルアップの一助になればと思います。

記

- 目的 座学（帆走の理論）と海上練習によりハンザ艇でのワンランク上の帆走技術の習得をし、最新パラワールドを通して世界でのパラセーリングを知る
- 日時 2023年11月11日（土）9時00分～17時00分（受付開始8時45分）
- 会場 江の島ヨットハーバー
- 人数 10名程度（応募者多数の場合は選考にて決定）
- 使用艇 ハンザ303（主催側で準備した艇を使用）
- 参加費 1000円（当日現地にて徴収）
- 対象者
 - ・ハンザクラスシングルハンドの経験1年以上、またはハンザクラスレースの経験者で、セーリングスキルの向上を目指す方
 - ・シングルハンドの操船が困難な障がい者の方は、上記条件をダブルハンドに置き換える
- 申込方法
 - ・参加申込フォーム（下記リンク）に記入ください



[参加申込フォーム](#)

- 募集締切 10月28日

■ スケジュール

8:45 ～ 受付

江の島ヨットハーバー セーリングセンター2階 A会議室

9:00 ～ オリエンテーション／開会の挨拶

9:20 ～ 講座1 セーリング技術と原理

講師：小野澤 秀典氏

- ① 効率的な揚力を利用してスピードアップを図るためのフィッティングとセールトリム
- ② ウエザーヘルムとリーヘルムの理解によるボートコントロール
- ③ 乗艇位置によるボートの摩擦抵抗と造波抵抗を知る
- ④ 海上の波やうねりの中でのセーリング

10:00 ～ 出艇準備

着替えなどを行う

10:30 ～ 艇の前集合

講座1の続きと海上練習の説明

終わり次第出艇 海上練習

12:15 ～ 昼食

13:15 ～ 海上練習の説明の後、海上練習

15:00 ～ 休憩

15:30 ～ 海上練習の振り返りとQ&A

16:00 ～ 休憩

16:10 ～ 講座2 国際大会で活躍するパラセーラーたち ～祝！丹羽巧選手、世界選手権銀メダル獲得～

講師：西朝子氏

16:50 ～ 閉会

17:00 解散

※スケジュール、講座内容は、予告なく変更される場合があります