

平成21年度第2回「カヌー体験研修会」開催要項（案）

1. 目的 カヌー体験をとおり、水と自然に親しみ、そのすばらしさと楽しさを実感してもらい、同時に水への自信を深めさせる。恐怖心が先に立ちやすい河川や湖沼の“水”をとおり「みんなが集うことの大切さ」、「助け合いながら、自分も努力する心」そして、「感謝することの大切さ」、「助け合いながら、自分も努力する心」そして、「感謝することの大切さ」など心の教育を行う。
また、生涯スポーツの一環として、障害を持つ方やご高齢な方、さらに年少児まで幅広く参加を呼びかけ、カヌースポーツの理解と普及・振興発展に寄与する。
2. 主催 社団法人日本カヌー連盟
3. 後援 群馬県教育委員会・(財)群馬県体育協会・上毛新聞社
3. 主管 群馬県カヌー協会・桃の木カヌークラブ・北毛カヌークラブ・NTTカヌー愛好会
4. 期日 平成21年8月2日（日）
5. 会場 桃の木川（カヌートレーニングセンター）
6. 対象者 カヌーに興味のある人（子供から高齢者・障害者）
7. 募集人数 80名
8. 参加料 小中学生無料・高校生以上1,000円
9. 内容 一人乗りや二人乗りのカヌーを使用した基本操作を学び、安全なカヌーの楽しみ方を体験する。
10. 申込方法・問合せ先
 - (1) 申し込み方法
下記内容を記載の上、メール・FAX・官製ハガキ（郵送）のいずれかで申込むこと。
「①カヌー体験教室参加希望②氏名③年齢④住所⑤電話」
*家族で参加の場合、参加者全員の名前、年齢を必ず御記入ください。
 - (2) 申込先 〒371-0034 前橋市昭和町2-7-8 コスモ前橋403号
群馬県カヌー協会事務局 電話(FAX兼)027-235-9760
e-mail gunma-canoe@tulip.ocn.ne.jp
 - (3) 申し込み締切 7月25日（土）
11. 準備品 ①濡れても良い服装（水着の上にTシャツ・短パン等）、タオル、帽子
②マリンシューズ、運動靴、サンダル等かかとはが脱げない履き物
③飲料水・昼食等

12. その他 ①荒天により日程を変更する場合がありますので、変更の場合はご宅へご連絡致します。

日程（案）

時間	内容	留意事項備考
9：30～	午前受付	<ul style="list-style-type: none"> ・体調の確認 ・経験の有無の確認
10：00～	開講式 <ul style="list-style-type: none"> ・日本カヌー連盟 挨拶 ・群馬県カヌー協会 挨拶 オリエンテーリング	<ul style="list-style-type: none"> ・日本カヌー連盟役員の紹介 ・群馬県カヌー協会役員の紹介 ・指導クラブ・スタッフの紹介 ・
10：10～	<ul style="list-style-type: none"> ・カヌー用具の説明 ・安全管理の説明 ・カヌー乗艇方法の練習 ・救助方法の練習 ・各自の練習 	<ul style="list-style-type: none"> ・用具の取扱や安全性を十分説明する。 ・陸の上で艇の乗り降りやパドリングの練習をさせる。 ・パドリングの練習を ・水面でのバランスやコントロールを説明し、不安感を取り除く。 ・水分補給をこまめにするよう留意する。 ・ひとりひとりの声かけや状態を把握し常に留意する。 ・一人が長く乗艇しないように配慮し、交替や休憩を取らせる。 ・温度・湿度の確認と熱射病を留意する。
11：30～	休憩・昼食	各自で昼食・休憩 水分補給の飲料水を多く準備 休憩は、日陰で休ませる。
13：00～	<ul style="list-style-type: none"> ・ミニゲーム（カヌーレース） 	<ul style="list-style-type: none"> ・参加者全員が参加できるカヌーレースを実施 ・レベルに合わせたチームをつくり、目標までの往復でタイムを計る ・手でこがせる短いコースでバランスを感じさせる ・子供も楽しめるボール拾いゲームをする。 ・障害者と健常者を組ませ、楽しませる。 ・競争ではなく、バランスやコントロールを体験できるようなゲームにする。
14：30～	閉講式 群馬県カヌー協会 参加者解散	<ul style="list-style-type: none"> ・全員に終了書を授与する。 ・体調の確認、けが等の確認をする。 ・参加者の意見を取りまとめる
15：00～	片付け <ul style="list-style-type: none"> ・艇、用具運搬 	
17：00	オリエンテーリング	<ul style="list-style-type: none"> ・課題についての意見交換