

練習(有料練習・公式練習)要項

※令和6年度より、フィギュアスケートの有料練習は設けておりません。

1 有料練習について

- (1) 期 日 令和8年1月30日(金)
- (2) 会 場 スピードスケート競技 — エムウェーブ
- (3) 申し込み等 希望者は、参加申込書(スピードスケート様式1)により申し込み、有料練習料(1人1,000円)を振り込んでください。監督・コーチは無料です。

<振込先>

八十二銀行 長野市役所支店 普通預金 口座番号 224433

口座名義：ぜんこくちゅうがっこう全国中学校スケート大会たいかいながのしじこういんかい長野市実行委員会
じむきょくちょう事務局長 たかいけ高池 まさゆき正之

- (4) その他
- ア 更衣室は指定した部屋を譲り合ってご利用ください。また、ゴミは必ず持ち帰ってください。
- イ スピードスケート競技の有料練習については、参加選手以外の滑走も可能とします。ただし、公式練習(1月31日～2月3日)は、参加選手以外の滑走は認めません。

■スピードスケート競技【開場8:00 閉場19:00】

- ア 10:00～15:45まで有料練習とします。整氷作業、その他アナウンス等に従い、事故のないように練習してください。
- イ 会場の出入りはエムウェーブ北側1階正面をご利用ください(1月31日からの出入口とは異なります)。その際、選手団受付にて所属名、氏名をお知らせください。大会プログラム、記念品、IDカード、領収書をお渡しします。監督・コーチはIDカードを付けてリンクにご入場ください。
- ウ バスで来場の選手団はエムウェーブ南のバス専用駐車場を利用してください。自家用車の方は指定する駐車場を利用してください。
- エ 都道府県ごとに利用時間を設定します。利用時間が複数あっても、選手1人につき1枠のみの利用としてください。枠内の割り振りは、各都道府県中学校体育連盟が決定してください。

練習時間	10:00 -10:45	11:15 -12:00	12:30 -13:15	13:45 -14:30	15:00 -15:45
都道府県	長野県	北海道	北海道	左記以外の都府県	左記以外の都府県

2 公式練習（ウォームアップ）について

(1) スピードスケート競技（エムウェーブ）

1月31日（土）	① 7:40 - 9:10 ② 10:10 - 10:50 ③ 14:20 - 14:50 ④ 競技終了後 40 分間	公式練習 - 当日の種目参加者以外 ウォームアップ - 3000m 参加者のみ ウォームアップ - 女子 3000m 参加者のみ 公式練習
2月1日（日）	⑤ 7:40 - 8:20 ⑥ 8:45 - 9:25 ⑦ 13:20 - 13:50 ⑧ 競技終了後 40 分間	公式練習 - 当日の種目参加者以外 ウォームアップ - 1000m 参加者のみ ウォームアップ - 女子 1000m 参加者のみ 公式練習
2月2日（月）	⑨ 7:40 - 8:20 ⑩ 8:45 - 9:25 ⑪ 12:20 - 12:50 ⑫ 競技終了後 40 分間	公式練習 - 当日の種目参加者以外 ウォームアップ - 5000m、500m 参加者のみ ウォームアップ - 500m 参加者のみ 公式練習
2月3日（火）	⑬ 7:40 - 8:20	ウォームアップ - 1500m 参加者のみ

* ③、⑦、⑪の練習時間は、参加人数によって時間が前後する場合があります。

(2) フィギュアスケート競技（ビッグハット）

1月31日（土）	① 14:30 - 17:20 ② 17:20 - 18:35	公式練習（女子 S P） 公式練習（男子 S P・A参加者）
2月1日（日）	③ 17:20 - 20:10 ④ 20:10 - 21:25	公式練習（女子 S P・B参加者） 公式練習（男子 S P・B参加者）
2月2日（月）	⑤ 17:20 - 18:20 ⑥ 18:35 - 19:35	公式練習（女子 F S） 公式練習（男子 F S）
2月3日（火）	⑦ 7:00 - 8:00 ⑧ 8:15 - 9:15	公式練習（男子 F S） 公式練習（女子 F S）

* S P公式練習の順番（滑走時間帯）は、S P滑走順抽選（事務局の責任抽選）を行った後、1月中旬頃に全中 HP にてお知らせします。

* 日程は参加者の申込み状況、進行状況等により変更になります。