

# 2012 Restart surf camp in 平砂浦(surfco協力) 開催要項

2011に好評を頂きました、Restart surf camp を2012にも開催したく  
下記の要項にて発案しましたので、ご覧頂き参加・協力のほどお願い申し上げます。

実施予定日 2012年12月8日(土)、9日(日)

開催地 千葉県平砂浦海岸

主催 有限会社ドリームドライブ

参加定員 25名 (S・OPEN)

参加費 ¥15000 (1泊2食付宿泊費 及び 二日間の昼食)  
8日or9日のどちらか1日のみの方 ¥6000(小学生 ¥3000)

協力 Restartサーフボード取扱店

## 2012 Restart surf camp 実施要項案

### ①(対象と指導内容)

S ……NSA1～3級レベル

OPEN ……NSA3級～レベル

- ①ハイスコアをマークするために必要なサーフィンを講義  
フリーサーフィンを見ながらアドバイス指導
- ②10分ヒートレッスン(スタートからの10分のヒートの進め方)
- ③5分ヒートレッスン(残り5分のヒートの進め方)
- ④2人1組 タイムアタック(キャッチ&マーク)
- ⑤フィジカルトレーニング(パドルレースやビーチフラッグ)
- ⑥実戦形式ミニゲーム

### ②予定スケジュール

1日目…①に重点を置きハイスコアサーフィン・④・⑤+夜のビデオチェック  
2日目…②・③・⑥を徹底的に。

### ③全体の流れ

1日目…朝集合～準備～受付～説明～トレーニング～昼食～トレーニング～  
～宿舎移動～夕食&ビデオチェック&Meeting・ディスカッションtime  
2日目…朝食～トレーニング～昼食～トレーニング

有限会社ドリームドライブ 代表取締役 宇田 大地

〒421-0414 静岡県牧之原市勝俣2096-2

Tel:0548-22-7979 fax:0548-22-7960 e-mail:info@restartsb.com