もじ少年自然の家カヌープログラム（プール）実施要項（ふれあい合宿）

■～180人規模（3グループをA・B・Cで表示）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 時間 | A | B | C |
| 昼食後 | 着替えを風呂場に置く | 着替えを風呂場前スロープに置く | 着替えを風呂場前スロープに置く |
| 13:30～ | つどいの広場に集合し、全員で磯遊びの注意事項を聞く | | |
| 13:40～  14:00～ | 陸上講習  プールカヌー体験（30分）  最大１０班に分かれる  時計回り１周で交代 | 磯遊び　※トイレ休憩を含む | |
| 14:30～  14:50～ | 磯遊び　※トイレ休憩を含む | 陸上講習  プールカヌー体験（30分）  最大１０班に分かれる  時計回り１周で交代 | 磯遊び　※トイレ休憩を含む |
| 15:20～  15:40～ | 磯遊び　※トイレ休憩を含む | | 陸上講習  プールカヌー体験（30分）  最大１０班に分かれる  時計回り１周で交代 |
| 16:10～ | ※着替え | Aと少し時間をずらす  ※着替え | カヌー・ヘルメット  ・ライフジャケット  片付け |
| 16:20～ | ※着替え |
| 16:30 | 終了 | | |

※プールカヌー・磯遊び終了後の着替えについて

1.足洗い場で靴を洗い石垣に干す

2. 宿泊棟入り口の水道で足を洗いスロープを通り（スロープに着替えを置いているグループはスロープの

着替えを持ち）風呂場で着替える

・1人乗りのカヌーを1班(4人～6人)に1つに貸し出し、交代で乗ってプールカヌー体験を行う

・事前にプールカヌー活動グループ（A～C）とプールカヌー活動班を決めておく

・カヌーは活動時間の長い午後のみ実施とする。また、打ち合わせで決めた日以外の実施はできない

・カヌーの服装、着替えは集合前までにしておく

・気温の低い11月～4月、プール遊泳を行う夏休み期間とプール準備期間は実施できない

■～120人規模のプログラム提案（2グループをA・Bで表示）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時間 | A | B |
| 昼食後 | 着替えを風呂場に置く | 着替えを風呂場前スロープに置く |
| 13:30～ | つどいの広場に集合し、全員で磯遊びの注意事項を聞く | |
| 13:40～  14:00～ | 陸上講習  プールカヌー体験（45分）  最大１０班に分かれる。時計回り１周で交代 | 磯遊び　※トイレ休憩を含む |
| 14:45～  15:05～ | 磯遊び　※トイレ休憩を含む | 陸上講習  プールカヌー体験（45分）  最大１０班に分かれる。時計回り１周で交代 |
| 15:50～ | ※着替え | カヌー・ヘルメット・ライフジャケット  片付け |
| 16:00～ |  | ※着替え |
| 16:30 | 終了 | |

■～60人規模のプログラム提案（1グループをAで表示）

|  |  |
| --- | --- |
| 時間 | A |
| 昼食後 | 着替えを風呂場に置く |
| 13:30～ | つどいの広場に集合  プールサイドに移動  陸上講習 |
| 13:50～ | カヌー水上講習（60分）  最大１０班に分かれる。時計回り１周で交代 |
| 14:50 | 終了  トイレ休憩 |
| 15:00～ | 磯遊び  つどいの広場で磯遊びの注意事項を聞いた後に磯に移動する |
| 16:00～ | ※着替え |
| 16:30 | 終了 |

■中止基準

|  |  |
| --- | --- |
| ◎大雨・洪水・暴風・波浪・高潮警報 | 中止 |
| ◎大雨・洪水注意報 | 中止 |
| １時間の降水が5mm以上予想される場合、または雷雲の接近が予想される場合は中止 | | |
| 活動中に天候の急変、または予想される場合は中止 | | |