



ISHIKAWA

Trampoline

Pre-Games Training Camp Guide

トランポリン 事前合宿ガイド

Getting Ready for the Tokyo 2020 Olympic and Paralympic Games

2020 東京オリンピック・パラリンピック競技大会に向けたご案内

The Best Place to Prepare for the Games

優れた環境

■ Where is Ishikawa Prefecture?

石川県の位置

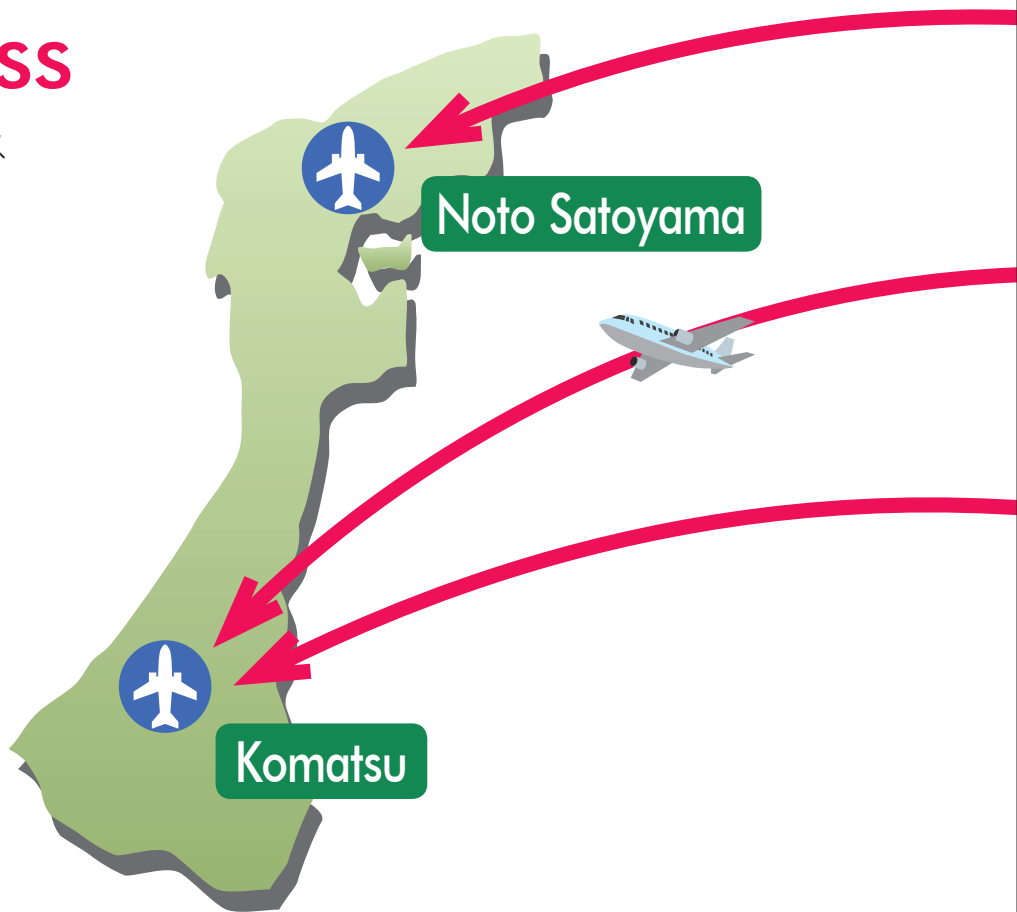


- Ishikawa Prefecture is located around the centre of the Japanese archipelago. It is long and thin, stretching northwards with a peninsula that sticks out into the Sea of Japan.

石川県は日本列島のほぼ中央に位置し、南北に長く、日本海に突き出た半島を有しています。

Access

アクセス



ISHIKAWA



By Air

Tokyo (Narita) - Komatsu 1hr 10min <1 Round Trips/ Day>

Tokyo (Haneda) - Komatsu 1hr <12 Round Trips/ Day>

Tokyo (Haneda) - Noto Satoyama 1hr <2 Round Trips/ Day>

飛行機

東京（成田）－小松 1時間10分 <1往復／日>

東京（羽田）－小松 1時間 <12往復／日>

東京（羽田）－のと里山 1時間 <2往復／日>





Hokuriku Shinkansen Bullet Train

Opened on 14th March 2015

Come to Ishikawa with the Shinkansen!

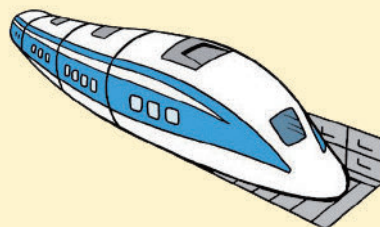
Tokyo ⇄ Ishikawa (Kanazawa) 2hr 28min

北陸新幹線

2015年3月14日開通

開通した新幹線でぜひお越しください!

東京-石川(金沢) 2時間28分



The best of Japan is waiting for you in Ishikawa.

環境のよい石川県で皆様をお待ちしております

**Tokyo and Ishikawa are only a
mere 1 hour from each other.**

東京と石川県の近さ わずか1時間の距離

**Ishikawa Prefecture sends a warm welcome
and will do what it takes to get athletes and
teams from your country prepared in top
shape.**

石川県では、選手及び代表団を温かく迎え入れ、
貴国の選手がコンディション調整できるようサポートします。

**Instead of getting conditioned in a
Ishikawa Prefecture offers a calm
lodging to bring out the best in any**

喧噪とした大都会でのコンディション調整と違い、石川県の
向上につながるとおもわれます。



Serene environment for training and lodging

静かな練習・宿泊環境

Fresh food

新鮮（豊潤）な食材



Spectacular sightseeing spots and culture

魅力的な文化・観光地



**bustling metropolis,
environment for training and
athlete.**

静かな練習環境、宿泊環境は、必ずやパフォーマンスの

Climate 気候

Although Ishikawa Prefecture is considered to be in the northern half of Japan, it has almost the same latitude as Tokyo.

Ishikawa Prefecture: Lat. 36°

Tokyo: Lat. 35°

石川県は日本の北の方に位置していると誤解されがちですが、東京とはほぼ同緯度にあります。

石川県 北緯 36 度

東京都 北緯 35 度

Time Difference 時差

Ishikawa Prefecture and Tokyo are not far apart and have the same time zone.

(Access: 1hr by plane, 2hr 30min by bullet train)

⇒Tokyo (Haneda) - Komatsu 12 Round Trips/ Day


石川県と東京は近い距離にあり、時差はありません。

(アクセスは、飛行機で約1時間、新幹線で約2時間30分です。)

⇒東京 (羽田) - 小松 12往復/日

Your athletes will be able to train in a climate similar to that of the actual Games which will provide an ideal situation to condition and monitor the health of the team to enhance their performance.

貴国のアスリートが、より本大会に近い気象条件で練習ができ、コンディション調整や健康管理が容易で、パフォーマンスの維持につながると考えられます。



Noto's Satoyama and Satoumi located in the Noto Peninsula which juts out into the Japan Sea was designated as Japan's first Globally Important Agricultural Heritage Systems (GIAHS) in June 2011 by the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO).

日本海に突き出た能登半島に広がる自然と調和した農林水産業と人の営みが育んだ「能登の里山里海」は、2011年6月、国際連合食糧農業機関（FAO）により、日本で初めて世界農業遺産に認定されました。

Ishikawa Prefecture is rich in delectable fresh ingredients. The plethora of fresh food available has brought many scintillating dishes to the Prefecture.

石川県には、新鮮でおいしい食材が数多くあります。

石川県には、豊富で新鮮な石川県産食材の魅力を引き出した料理が数多くあります。



A chef at the restaurant offers the menu put together to request of your team.

レストランのシェフは貴チームの要望に合わせたメニューを提供します。



Access 交通アクセス

**Komatsu
Airport**
小松空港

2.9km, 8min by car

2.9km 車で8分

**Hokuriku
Expressway**
北陸自動車道

Komatsu Interchange
- 2.0km, 5min by car

小松ICから 2.0km 車で5分

**JR Hokuriku
Railway**
JR 北陸本線

Komatsu Station
- 2.1km, 5min by car

小松駅から 2.1km 車で5分

**Komatsu Public
Gymnasium**

小松総合
体育館



**Komatsu is a city that lives and breaths sport.
From children to the elderly, sport is no
stranger to the people of the city.**

小松市はスポーツが盛んな都市です。
子どもからお年寄りまで、多くの人がスポーツに親しんでいます。



**Komatsu has a history of hosting Olympic athletes
at its Pre-Games Training Camp.**

- **Beijing 2008 Olympics**
Canoers from USA, France and Belgium

小松市では、オリンピック選手団の事前合宿を受け入れた実績があります。

- **2008北京オリンピック**
アメリカ、フランス、ベルギーのカヌー競技選手団

Bring your country's trampolining team to the Pre-Games Training Camp in Komatsu for the Tokyo 2020 Olympics.

2020年東京オリンピックでは、あなたの国のトランポリン選手団の事前合宿を是非、小松市に誘致したいと考えております。

Initiatives are being carried out to raise the next generation of athletes.

小松市では、次世代のアスリートの育成に地道に取り組んでいます。



With these initiatives, Komatsu born Ayano Kishi was able to join the Japanese trampolining team at the London 2012 Olympics.

こうした取り組みが実を結び、2012年ロンドンオリンピックでは、小松市出身の岸彩乃選手がトランポリン日本代表選手として出場しました。

Main Trampoline Tournaments Held [Komatsu Public Gymnasium]

2013 Ishikawa Trampoline Championships

(2015 National Trampoline Championships)

主なトランポリン大会の開催実績 (小松総合体育館)

2013年 石川県トランポリン選手権大会

2015年 全日本トランポリン選手権大会

Junior trampolining has been springing up, and the initiatives of the city has helped boost the junior trampoline gymnasts by providing coaching and joint training sessions with top level gymnasts Ayano Kishi who competed in the London 2012 Olympics, Megu Uyama and Ryota Shimada who competed in the World championship.

ジュニアのトランポリンも盛んで、ロンドンオリンピックに出場した岸彩乃選手や世界選手権出場の島田諒太選手、宇山芽紅選手などのトップ選手が、ジュニア選手に指導をしたり合同練習をする等ジュニア選手とトップ選手が交流することにより、小松市のトランポリンのレベルアップを図る取り組みを行っています。



The initiatives led to the hosting of the 2015 National Trampoline Championships in Komatsu. (52nd National Trampoline Championships, October 2015)

こうした取り組みが実を結び、2015年には、小松市でトランポリン競技の全国規模大会が開催されます。(2015.10月 第52回全日本トランポリン選手権大会)

Pre-Games Training Camp Candidate Komatsu Public Gymnasium (Largest gymnasium in the city)

事前合宿練習会場候補

小松総合体育館（市内最大規模の体育館）

- Construction: Steel-framed reinforced concrete 3-storey
- Site area: 6,360m²
- Total floor area: 6,062m²
- 1st floor: Arena (46.22m×41.02m), drawing room, changing rooms, toilet, shower room, training room
- 2nd floor: Trampoline room (2 trampolines for competitions, 3 trampolines for training), meeting room, spectator seats (1,500 people capacity)
- 3rd floor: 200m circuit running course
- Equipment for competitions: 3 Eurotramp trampolines, 3 sets of safety mats

- 構造：鉄骨鉄筋コンクリート造3階建
- 敷地面積：6,360㎡
- 延床面積：6,062㎡
- 1階：アリーナ（46.22m×41.02m）／応接室／更衣室／便所／シャワー室／トレーニング室
- 2階：トランポリン室（競技用2台、練習用3台）／会議室／観覧席（1,500人収容）
- 3階：ランニングコース1周200m
- 競技用具：トランポリン台 EUROTRAMP 3台、補助マット3セット





Accommodation

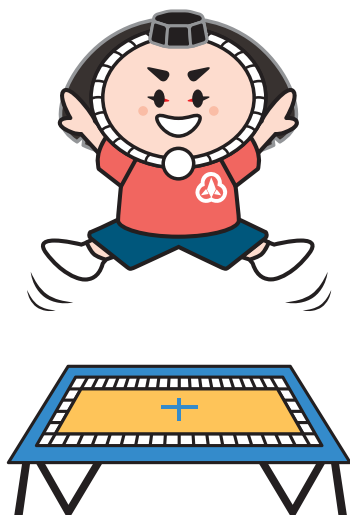
There are many high-level hotels suitable for a national team in Komatsu.

A chef at the restaurant offers the menu according to the request of your team.

宿泊施設

小松市には多くのハイレベルなオリンピックチームに相応しいホテルがあります。

レストランのシェフは貴チームの要望に合わせたメニューを提供します。



Komatsu City's Mascot - Kabukki (Trampoline version)

小松市イメージキャラクター「カブッキー」(トランポリンバージョン)

Komatsu extends a warm invitation to the gymnasts of your country and will provide the support you need.

小松市は、あなたの国の選手団を温かく迎え入れ、
バックアップする用意があります。

Check online for more about Komatsu

小松市はこんなところ、検索してみてください

<http://www.city.komatsu.lg.jp/5393.htm>



Contact

Hometown Co-Creation Department, Sports Promotion Division
Konmade-machi 91, Komatsu City, Ishikawa Prefecture 923-8650
TEL: 0761-24-8139 FAX: 0761-23-6404
E-mail: sports@city.komatsu.lg.jp

小松市ふるさと共創部スポーツ育成課
〒923-8650 石川県小松市小馬出町91番地
TEL 0761-24-8139 FAX 0761-23-6404
E-MAIL : sports@city.komatsu.lg.jp



Check online for more about Ishikawa

石川県はこんなところ、検索してみてください

Multilingual Website

外国の方のための公式ウェブサイト

<http://www.pref.ishikawa.lg.jp/foreign/index.html>



- General information about the prefecture as well as tourist information can be found on Ishikawa Prefectural Government's official website.
Supported languages: English, Chinese, Korean, Russian, Portuguese

このウェブサイトは石川県の公式ホームページです。

このサイトでは、英語、中国語、韓国語、ロシア語、ポルトガル語で石川の概要、その主要な観光スポット情報として、情報提供しています。