

印刷版「漕艇譜5」(Rowing Manual 5 /2020) ご案内

ver.3 2020. 9. 17 小沢哲史 ozawa-rowing.com

概要

小沢哲史の自家出版「漕艇譜」は、2003年にⅠ、2005年にⅡ、2009年にⅢをご好評いただきました。その後2016～2020年夏までデジタル漕艇譜4(クラウド版)を提供、現在に至ります(漕艇譜4は漕艇譜Xに移行)。印刷版を希望される多くの声に勇気をいただき、このたび、印刷版「漕艇譜5」を自費出版しました。

書名 漕艇譜5 (Rowing Manual 5/2020)
判型・頁 B5版・モノクロ 317p

価格

価格 ￥5,000 (+梱包送料￥500/1部)

限定特価 ￥4,000 (+梱包送料￥500/1部)

限定部数(200部) 2020-10-15まで

- ※ 消費税: この種・規模の自家出版は、消費税の課税対象ではないので、消費税はいただきません。
- ※ クラウド版・漕艇譜4ユーザーは、クラウド版・漕艇譜Xへの自動更新と漕艇譜5(1冊)無料進呈です(ご注文連絡と、送料のみご負担が必要です)。
- ※ サービス内容・価格等は、予告無く改訂させていただく場合がありますので、ご了承ください。

ご注文・お支払い

電子メールで 小沢哲史 ozwrow@ba2.so-net.ne.jp に、ご注文ください。

以下の情報をお知らせください;

- ①氏名 (団体の場合は、ご注文担当者の氏名も)
- ②所属RC等
- ③お届け先住所(郵便番号も忘れずに!)
- ④電話番号 (お届け時不在連絡用)
- ⑤メールアドレス
- ⑥ご注文部数
- ⑦ご送金情報 =振込日をお知らせください。

お振込⇒以下の口座にお振込みください。

関西みらい銀行(コード0159)・堅田支店(店番267)
口座番号・名義 (普通)2042224 オザワ テツシ

※振込手数料は、各自でご負担願います。

※領収書: 原則、発行を省略させていただきます。必要時はその旨ご要請いただき、宛名の名称・ご指定日付等をお知らせください。PDF版領収書をメール送信させていただきます。なお、捺印書類が必要な場合は、申し訳ありませんが、返信用封筒で任意書式の領収書をお送りくだされば、捺印し、返送いたします。

※残部僅少となった時点で、注文と同時の振込ではなく、受注確認メールを送らせていただいた後、お振込をいただく手続きに変更します。

配本(発送)

(当初、10月中・下旬、配本開始予定でしたが、完成が繰り上がりました!)9月下旬から、順次発送開始いたします。10月以降は、お振込みから約1週間以内に発送いたします。

著者(発行者)

氏名 :小沢哲史 (おざわ てつし)

ウェブサイト :<http://ozawa-rowing.com>

電子メール : ozwrow@ba2.so-net.ne.jp

電話 :090-3372-8461

住所 : 520-0235 大津市真野大野1-15-39

ご注意! :本書は、小沢が個人的な漕艇活動として発行するものであり、桑野造船や日本ボート協会とは無関係です。会社・協会へのご注文・お問い合わせは、ご遠慮ください。

内容

章題・ページ数

| | | |
|------|------------|-----|
| I | イントロダクション | 10p |
| II | 安全 | 30p |
| III | 艇の取扱い | 48p |
| IV | 軽微な補修 | 12p |
| V | リギング | 32p |
| VI | 操艇 | 14p |
| VII | 舵手の技術 | 6p |
| VIII | ロウイング・テクニク | 48p |
| IX | 乗艇トレーニング | 16p |
| X | 陸上トレーニング | 20p |
| XI | 競漕 | 26p |
| XII | トレーニング科学 | 22p |
| XIII | コーチング | 12p |
| XIV | 付録・後付・他 | 17p |

補足: 漕艇譜5は、公的な「教科書」ではなく、あくまで小沢個人の自費出版物です。半世紀近い漕艇の現役・指導経歴の中で、もちろん相応の常識や各種技術論の展開は理解しつつ、しかし、個人的な嗜好・見解も含め、一部に現在の一般常識や共通認識とは異なる部分も含まれます。それらは、当該のところで、慎重に記述したつもりですが、熟達した常識的な指導者・クルーのために、「違いの要点」についても、巻末に一括・要約しています。

私が自分の見解を押し付ける意図ではなく、むしろ購読者各位が、ご自身の意見や見解について、理解を深め、また本書の一部分でも活用いただく際の参考となれば幸いです。