

2017年夏合宿：持ち物等の案内

【日時】 2017年9月9～10日（土曜、日曜）2日間

【場所】 鈴鹿青少年センター（住所：三重県鈴鹿市住吉町南谷口）

【スケジュール（予定）】

9/9（土曜）

12：00 鈴鹿青少年センター集合

13：00～17：00 練習

17：00～18：00 入室

18：00～19：00 夕食

20：00～21：00 風呂

22：00 就寝

9/10（日曜）

6：30～7：00 ランニング

7：30～8：30 朝食+部屋片付け

9：00～12：00 練習

12：30～13：15 昼食

13：15 解散

※一日参加の場合は食事は用意されません。

【岐阜の送迎バス利用者へ】

送迎バスをご利用の方は、朝の10：30に岐阜県庁東側駐車場を出発します。

帰りは14：45に到着予定です。

【持ち物】 **ゲーム類は禁止です！！**

○道着・帯（防具を持っている方は防具も）

※道着を1着しかお持ちでない方は、1日目は道着、2日目は動きやすい格好（短パン、Tシャツなど）をご用意ください。

○ランニングシューズ（2日目の朝にランニングを行います。）

○着替え ○洗面用具・石鹸・シャンプーなど ○水筒 ○保険証のコピー

※お茶は食事（10日の昼・夜、11日の朝）の時に補充できます。

※お菓子は小学生300円、中学生500円を目途に許可します。高校生以上は自由。

【緊急連絡先】

090-9172-2541（岸） genji0421@hotmail.co.jp