



2015 年度 合宿

- ◆ 目的 (意思疎通) (協調) (大切に思うこと)
コミュニケーション、コーディネーション及びリスペクトを学び、サッカーの楽しさをより一層体験しましょう!!
- ◆ 期日 平成27年9月22日(火)～23日(水) ※雨天決行
- ◆ 集合 22日(火) 8:30 「あすなろの里」正門前に集合して下さい。
※変更になる場合があるので、連絡メール、ホームページに注意して下さい。
- ◆ 宿泊 常総市「あすなろの里」(常総市大塚戸町310、TEL:0297-27-3481)
- ◆ 解散 23日(水) 14:00 予定 あすなろの里
- ◆ 日程 (交流試合が入ったり、当日の天候等により変更となる場合があります。)

22日(火)

8:30 集合 あすなろの里正門前
 9:00 練習(多目的芝広場)
 ※試合になる場合もあり
 12:30 ※各自持参のお弁当で昼食
 13:30 あすなろの里宿泊棟・入室
 14:30 集合・練習(多目的芝広場)
 16:30 入浴(菅生沼展望風呂)
 17:30 洗濯(ランドリー室)
 18:00 夕食(食堂)
 19:00 ミーティング・研修(学習棟)
 21:00 就寝

23日(水)

6:00 起床、散歩、荷物整理
 7:30 朝食(食堂)
 8:30 あすなろの里宿泊棟・退室
 ※荷物を(研修棟)に移動
 9:00 集合・練習(多目的芝広場)
 12:00 着替え(研修棟)
 12:30 野外炊飯(憩いの森)
 ※保護者の協力
 食材・用具・食器は備付品使用
 13:30 終了式・記念撮影(研修棟前)
 14:00 解散、自由行動

◆ 準備するもの

- (参加費) 5,000円(お釣りのないように・・・)、スタッフ・宿泊保護者も同じ
 ※23日の野外炊飯のみに参加される保護者参加料(昼食代)は750円
- (サッカー用具) U-12半袖ユニフォーム、白パンツ、白ストッキング、スパイク、レガース、ボール、タオル ※必ず氏名を記入しておくこと
- (飲食物) 1日目の昼食(ゴミがあまりでないように・・・)、水筒(補充用飲料は本部で準備します)、おやつ(少量)
- (宿泊用) パジャマ、着替え用下着、タオル、洗面用具(歯ブラシ等)、ゴミ袋、健康保険証のコピー、筆記用具、ハンガー2本(針金製でよい)、洗濯バサミ4個、洗濯用ネット
- (雨対策) 着替え用ゲームシャツ(色柄は問いません)、ゲームパンツ、ストッキング、バスタオル、ウィンドブレーカー等、濡れもの入れ用ビニール袋

◆ 注意

- ・集合時には、ユニフォームを着用し、運動靴またはトレーニングシューズを着用して下さい。
- ・合宿の様子は、随時「つくばU-12サッカー情報」ホームページに掲載します。

<http://tsukuba-u12.seesaa.net/>

- ・万一のケガ・病気の場合は、登録して頂いた保護者緊急連絡先に連絡します。
- ・あすなろの里には、菅生沼を見渡せる展望風呂があり、宿泊者以外も有料で利用できます。
 ※入浴料(一人一日につき) 中学生以下100円、大人200円

- ◆ 緊急連絡先：寺口(090-4125-6307)、湯山(090-7427-5311)