



春合宿 しおり

テーマ
「サッカーを楽しもう！」

開催日…3月16日（土）～17日（日）

場 所…富士緑の休暇村

山梨県南都留群鳴沢村8532-5

FC TRP



★★★
ATHLETA®
ロジックアカデミー

開催要綱

<目的>

- ①「自分でやる」ためのきっかけづくり
- ②巧くて、強い選手になるためのきっかけづくり（技術・戦術・体力・精神力）
- ③良い習慣の習得（集団生活でのルール・マナー・相手への思いやり・コーチ・仲間の話を聞く等）
- ④自主的な行動への意識改革（気づき、発言、行動）

<鶴川>

- ・ 集合場所 真光寺公園 池の前
- ・ 集合出発 7：00

※集合時間が早いので、遅れないように気をつけてお越し下さい。

※当日は、駐車場の混雑が予想されます。近隣の方は、なるべく徒歩か自転車での送迎にご協力下さい。

- ・ 解散場所 真光寺公園 池の前
- ・ 解散時間 17：30予定

※帰りの交通状況は随時掲示板にて掲載致します。

<渋谷>

- ・ 集合場所 代々木公園イベント広場
- ・ 集合出発 7：00

※集合時間が早いので、遅れないように気をつけてお越し下さい。

※当日は、駐車場の混雑が予想されます。近隣の方は、なるべく徒歩か自転車での送迎にご協力下さい。

- ・ 解散場所 代々木公園イベント広場
- ・ 解散時間 17：30予定

※帰りの交通状況は随時掲示板にて掲載致します。

<猿楽・エルフシュリット>

- ・ 集合場所 セルリアンタワー前
- ・ 集合出発 7：00

※集合時間が早いので、遅れないように気をつけてお越し下さい。

※当日は、駐車場の混雑が予想されます。近隣の方は、なるべく徒歩か自転車での送迎にご協力下さい。

- ・ 解散場所 セルリアンタワー前
- ・ 解散時間 17：30予定

※帰りの交通状況は随時掲示板にて掲載致します。

鶴川担当；三比裕介 090-4955-0263

渋谷担当；大貫雅之 080-1329-1020

※何か御座いましたら各担当コーチにご連絡して頂いても大丈夫です。



キンダー・1年生持物

必ず【名前（フルネーム）】【学年】【所属】を書いてください。

NO	チェック	持物	内容
1		お弁当	使い捨て容器。
2		飲み物	ペットボトル（お弁当時）※試合時はチームが用意致します。
3		キンダー服装	運動出来る服装（2日分用意 ①16午前・午後と②17日午前）
4		1年生服装	ユニフォーム・サッカーパンツ・サッカーソックス各2色
5		サッカー道具	スパイク、すねあて、ボール、※トレーニングシューズ・運動靴可
6		部屋着	パジャマ
7		着替え服	帰りの着替え用、着替え用
8		タオル	バスタオル、顔を拭くタオル
9		洗面用具	はぶらし等
10		寒さ対策	手袋・ニットキャップ・ネックウォーマー・ジャージ上下・ジャンパー
11		ティッシュ	
12		常備薬	必要な方のみ
13		洗濯ネット	ユニフォーム洗濯時に必要 ※キンダー不要
14		ビニール袋	よごれもの・ゴミ等を入れる
15		合宿のしおり	※必要に応じて各自プリントアウトしてください。
16		筆記用具	※必要に応じてご持参ください。
17		おこづかい	1000円程度（お土産代）※自分で管理出来る選手のみ
18		おやつ	600円程度
19		ハンガー	洗濯物を干します。3本（ユニフォーム・サッカーパンツ・ソックス用）※キンダー不要
20		ネタ	演芸大会（ピンかコンビ）のネタを用意（各学年による）※強制ではない

注意事項

①	初日のお弁当は腐らない様に【保冷剤】等を活用して工夫をお願い致します。
②	お弁当・ペットボトルは使用後こちらで処分致します。
③	渋谷集合時の服装；青・紺・紺 ※もう1セットは小バックへ
④	鶴川集合時の服装；白・白・白※もう1セットは小バックへ
⑤	キンダーは運動出来る服装（集合時の気候に合わせてください）
⑥	サンダル（足を守るため）、ゲーム、携帯電話（要相談）は禁止です。
⑦	小バック（ユニフォーム・スパイク・ボール・すねあて・タオル・お弁当・飲み物・おやつ・帰りの服等） 大バック（泊まり用具）の2つに分けて下さい。 <u>※一つにまとめられても大丈夫です。</u>
⑧	金銭・貴重品関しての責任はチーム・大会・宿では負いかねますので、予めご理解の上各自ご持参ください。

2年生・3年生持物

必ず【名前（フルネーム）】【学年】【所属】を書いてください。

NO	チェック	持物	内容
1		お弁当	使い捨て容器。
2		水筒	試合時でも使用致します。（衛生面と主体性の目的）
3		粉・お茶パック	自分の好きな粉（スポーツドリンク）やお茶パックを2日間分ご用意下さい。
4		ユニフォーム	2セット
5		サッカー道具	スパイク、すねあて、ボール、※トレーニングシューズ可
6		部屋着	パジャマ
7		着替え服	帰りの着替え用、着替え用
8		タオル	バスタオル、顔を拭くタオル
9		洗面用具	はぶらし等
10		寒さ対策	ニットキャップ・ニットグローブ・ジャージ上下 ※体を温めるもの
11		ティッシュ	
12		常備薬	必要な方のみ
13		洗濯ネット	ユニフォーム洗濯時に必要
14		ビニール袋	よごれもの・ゴミ等を入れる
15		合宿のしおり	※必要に応じてプリントアウト各自してください。サッカーノート等
16		筆記用具	
17		おこづかい	1000円程度（お土産代）
18		おやつ	600円程度
19		ハンガー	洗濯物を干します。3本（ユニフォーム・サッカーパンツ・ソックス用）
20		ネタ	演芸大会（ピンかコンビ）のネタを用意（各所属による）

注意事項

①	初日のお弁当は腐らない様に【保冷剤】等を活用して工夫をお願い致します。
②	水筒の中身は無くなり次第、自分で入れます。（お昼、試合、部屋）※多めにご用意ください。
③	渋谷集合時の服装；青・青・青 ※もう1セットは小バックへ
④	鶴川集合時の服装；白・白・白※もう1セットは小バックへ
⑤	サンダル（足を守るため）、ゲーム、携帯電話（要相談）は禁止です。
⑥	小バック（ユニフォーム・スパイク・ボール・すねあて・タオル・お弁当・飲み物・おやつ・帰りの等） 大バック（泊まり用具）の2つに分けて下さい。 <u>※一つにまとめられても大丈夫です。</u>
⑦	金銭・貴重品関しての責任はチーム・大会・宿では負いかねますので、予めご理解の上各自ご持参ください。



タイムスケジュール

3月16日	キンダー&1年生	2年生&3年生	3月17日	キンダー&1年生	2年生&3年生
6:00			6:00	起床&早朝学習会	
7:00	7:00集合出発 渋谷...代々木公園・鶴川...真光寺公園 猿楽&エルフ...セルリアンタワー		7:00	朝食	
9:00	休暇村到着予定		9:00		フェスティバル & COPA3年生
10:00 ~ 12:00	交流練習&試合 vsラーゴ・スピリット ・猿楽	フェスティバル & COPA3年生	10:00 ~ 12:00	交流練習&試合 vsラーゴ・スピリット ・猿楽	
12:00	ランチタイム		13:30 ~ 15:30	馬飼野牧場 ○ランチ(お弁当) ○体験(予定) ○動物とのふれあい ○アスレチック	
13:30 ~ 15:30	交流練習&試合 vs猿楽		17:30	到着予定 渋谷...代々木公園・鶴川...真光寺公園 猿楽&エルフ...セルリアンタワー	
16:30	お風呂タイム			お疲れ様でした！ ありがとうございました！	
17:30	夕食	お風呂	富士緑の休暇村 http://www.kyukamura.jp/ まかいの牧場 https://www.makaino.com/		
18:00		夕食			
19:00	自由時間				
20:00	明日準備	明日準備 自由時間			
21:00	寝る準備				
22:00	就寝				

○2日間の大まかなタイムスケジュールとなります。
○天候や選手の体調、相手チームの状況によって、変更する場合がございます。
○大会・フェスティバルの詳細は別紙を参照してください。

FC TRP



★★★
ATHLETA®
ロジックアカデミー



感



想



文



合宿で「感じたこと」「考えたこと」「覚えたこと」「教えてもらったこと」など、なんでも良いので、【絵】【図】【言葉】で書いてください。

保護者の方からチームへ（終了後）

今後どのような合宿（内容）があったら嬉しいですか？（アンケート）

学年：_____ 所属_____ 氏名：_____

* 合宿明け最初の練習日に担当コーチに渡してください。

* 保護者の方のご意見もお願い致します。

