

持ち物

NO	チェック	持物	内容
1		お弁当・水筒	お弁当…使い捨て容器。
2		粉・お茶パック	スポーツドリンクの粉、お茶パックを2日分ご用意下さい。
3		練習着	サッカーが出来る服装（2日分シャツ、パンツ、ソックス）
4		サッカー道具	スパイク、トレスチャー、すねあて、ボール
5		部屋着	パジャマ
6		着替え服	帰りの着替え用
7		防寒具	手袋、ニット帽、ネックウォーマー
8		雨具	カッパ、ウインドブレーカー
9		タオル	バスタオル、顔を拭くタオル
10		洗面用具	はぶらし等
11		常備薬	必要な方のみ
12		エチケット袋	
13		ビニール袋	よごれもの・ゴミ等を入れる
14		合宿のしおり	サッカーノート等
15		筆記用具	
16		おこづかい	2000円程度（お土産代）※自己管理出来る選手のみ
17		おやつ	600円程度

注意事項

①	皆で遊べるゲームは持ち込み可能です（カード、トランプ等）
②	グラウンド・宿での飲み物はチームで用意致します。
③	集合時の服装は、チーム指定のウェアまたは練習着でお願い致します。
④	お小遣い・ゲーム等に関する紛失・盗難はチームでは一切の責任は負いかねますので、予めご理解下さい。
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>

名前を書いて頂くことにより、後から、見つかる可能性があります。



BIBIR ATHLETA[®]
BomBR
é um produto da ATHLETA s.a.

REGISTA