

2021年スプリング合宿①

宿泊先・グラウンド

・富士緑の休暇村

(山梨県南都留郡鳴沢村鳴沢 8532-5)

集合解散時間

渋谷3年生 集合 8:15 ※8:30 出発 解散 16:00

※行きは真光寺公園経由で現地に向かいます。

渋谷4年生 集合 9:15 ※9:30 出発 解散 17:00

※帰りは真光寺公園経由で代々木公園イベント広場に向かいます。

渋谷5年生 集合 9:15 ※9:30 出発 解散 16:00

町田2,3年生 集合 9:15 ※9:30 出発予定 解散 16:00

集合解散場所

渋谷ジュニア→代々木公園イベント広場付近

町田ジュニア→真光寺公園

注意事項

・集合、解散時に近隣の方に迷惑を掛けぬ様、ご協力下さい。

・解散の時刻は交通状況により異なります。

・HP掲示板に掲載致しますので、ご確認ください。

2021年スプリング合宿②

合宿の目標

- ・新年度リーグ戦・ブロック大会に向けての強化
- ・時を守り、場を清め、礼を正す
- ・ためになる行動・言動を自ら進んで行おう。

帯同スタッフ

- | | | |
|---------|--------|--------|
| ・渋谷ジュニア | | |
| ・海老根コーチ | ・近藤コーチ | |
| ・山口コーチ | ・栗野コーチ | ・松村コーチ |
| ・町田ジュニア | | |
| ・三比コーチ | ・小藪コーチ | |

※何か御座いましたら直接担当コーチまでご連絡ください。

※宿には直接連絡しないでください。

タイムスケジュール初日 3/30

8:15	渋谷 3年生代々木公園イベント広場付近集合
8:30	渋谷 3年生代々木公園イベント広場付近出発
9:15	渋谷 4,5年生代々木公園イベント広場付近集合 町田 2,3年生真光寺公園集合
9:30	渋谷 4,5年生代々木公園イベント広場付近出発 町田 2,3年生真光寺公園出発
11:00	富士緑の休暇村到着・昼食
12:30	トレーニング or トレーニングマッチ開始
18:00	トレーニング or トレーニングマッチ終了
18:30	夕食
19:30	入浴
21:00	就寝

バス・宿内はお菓子禁止です。

飲み物のみでお願い致します。

初日のお弁当は食べやすいおにぎり等がベストです。

初日はペットボトル飲料も持参して下さい。宿、グラウンドでの飲み物はこちらで用意致します。

バスに乗車の際、バスの下へ入れる大きい荷物（着替え）と車内へ持っていく手荷物（飲み物、試合の道具、しおり、サッカーノート、筆記用具）に分けて下さい。

タイムスケジュール 2日目 3/31

6:30	起床・散歩
7:00	朝食
8:30	グラウンドに向けて出発
9:00	トレーニング or トレーニングマッチ開始
12:00	昼食
18:00	トレーニング or トレーニングマッチ終了
18:30	夕食
19:30	入浴
20:00	お土産購入
21:00	就寝

宿内はお菓子禁止です。

飲み物のみでお願い致します。

タイムスケジュール 3日目 4/1

6:30	起床・散歩
7:00	朝食
8:30	グラウンドに向けて出発
9:00	トレーニング or トレーニングマッチ開始
12:30	トレーニング or トレーニングマッチ終了
13:00	昼食
14:00	出発
16:00	渋谷 3,5 年生代々木公園イベント広場付近到着 町田 2,3 年生真光寺公園到着
16:00	渋谷 4 年生代々木公園イベント広場付近に向けて出発
17:00	渋谷 4 年生代々木公園イベント広場付近到着

バス、宿内はお菓子禁止です。

飲み物のみでお願い致します。

持ち物チェックリスト

チェック	持ち物
	初日お弁当 <u>※使い捨て容器</u>
	初日ペットボトル飲料 <u>※宿・グラウンドでの飲み物はこちらで準備致します。</u>
	サッカー道具（スパイク・トレシュー・すね当て・ボール）
	TRP ユニフォーム
	部屋着（パジャマ等）、帰りの着替え
	ハンカチ・ティッシュ
	洗面用具（歯ブラシ・シャンプー等）※シャンプー等は宿泊先にもあります。
	合宿のしおり
	お小遣い※2,000円程度（自分で管理できる範囲で）
	マスク数枚 (グラウンド・部屋・バス移動・食事等で使用します。使い捨てマスクでお願い致します。)
	マスク入れ（グラウンドで使用します。）
	コロナ対策（各自コロナ対策）※チームでも用意致します。
	雨対策
	洗濯ネット（名前とチーム名を書いてください）
	小さい物干し（ユニフォーム等を干します。）
	タオル（バスタオル、浴用タオル、洗顔タオル）
	ビニール袋（汚れ物、ゴミ等）
	常備薬（必要な場合）
	エチケット袋
	サッカーノート、筆記用具
	その他、各自必要なモノ

※初日30日（火）のお弁当を、忘れずに持参してください。

※全ての持ち物に必ず所属チーム名と名前（フルネーム）を書いて下さい。

※30日（火）の集合時は個人持ちユニフォームでお願い致します。

渋谷3年生 (RED, NVY, RED) 4,5年生 (WHT, WHT, WHT) 町田 (BLU, WHT, NVY)

※サッカー選手の足を守る為にサンダル履きは禁止です。

※非常用の為、携帯電話の持参を認めますが、基本的には使用は控えさせます。ご了承下さい。

感想文

学年 _____ 所属 _____ 名前 _____

今回の合宿を通じてどうでしたか？

・できしたこと

・できなかつたこと

保護者の方からチームへ

・

※キャンプ明け最初の練習日に担当コーチに提出してください。

※今後の参考資料にしますので、必ずご提出お願い致します。