

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
- ・山口コーチ
- ・町田ジュニア
- ・三比コーチ
- ・近藤コーチ
- ・栗野コーチ
- ・小藪コーチ
- ・松村コーチ

※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。使い捨てマスクをお願い致します。）
	<u>マスク入れ（グラウンドで使用します。）</u>
	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をお願い致します。

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？

・できたこと

・できなかったこと

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。

