

自分で用意しよう

持ち物チェック表

持ち物に名前をかく！

2018年度

厚木ラグビースクール

8/19改訂版

行く前
✓

持ち物

個数

帰る前
✓

- 保護者に用意
してもらうもの
- 参加費 2000円
 - 保険証のコピー

- 練習用品
- トレーニングシューズ
 - スパイク
 - ヘッドキャップ
 - マウスピース
 - ウインドブレーカー/上着
 - 練習用T-シャツ
 - 練習用パンツ
 - 帽子
 - タオル

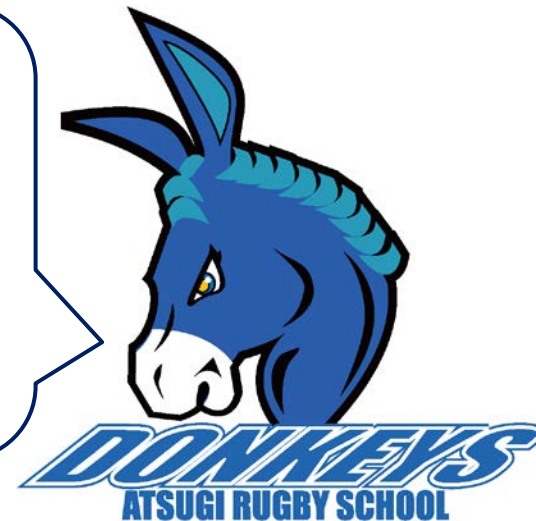
- 雨天時用品
- 雨具
 - 水着・プール利用券
 - 大きなビニール袋

- 宿舎で使うもの
- サングル・ぞうり
 - 体育館シューズ
 - 着替え
 - 寝間着
 - 歯磨きセット
 - お風呂セット
 - 常備薬
 - ごみ袋

- その他
(自分で記入)
- -
 -
 -
 -

合宿のしおり

私の目標



期日 8月25日(土)~26日(日)
 場所 飯山スポーツ広場 (厚木市飯山3981)
 戸沢橋スポーツ広場 (厚木市戸田)
 宿泊 七沢自然ふれあいセンター (厚木市七沢2440)
 でんわ：046-248-3500

緊急時連絡先： 校長 後藤 080 4344 0510

名 前

部屋番号

棟 室

予定表

8/25 (土)		8/26 (日)	
		6:30	起床
		6:30 - 7:00	帰りの支度・着替え
		7:00 - 7:30	朝食
		7:30 - 8:00	清掃
7:45	集合[飯山グラウンド]	8:00	挨拶
8:00 - 8:10	開会ミーティング	8:00 - 9:00	移動： 戸沢橋グラウンドへ
8:10 - 11:10	練習 [飯山グラウンド]	9:00 - 11:45	練習 [戸沢橋グラウンド]
		11:45 - 12:00	閉会ミーティング
11:30 - 12:30	昼食 (お弁当配付)	12:00 - 14:00	バーベキュー [戸沢橋グラウンド横・橋下]
12:30 - 14:00	練習 [飯山グラウンド]		
14:00 - 15:00	移動： 七沢自然ふれあいセンターへ	【雨天時の練習について】 ・グラウンドでの練習が困難な場合は、荻野運動公園のプールでの活動となることがあります。 【宿泊施設の利用について】 ・退出時にはすべての備品が元通りに配置され、きちんと清掃がなされている（洗面所の水滴なし、まで）必要があります。 ・入浴時のシャンプーと石鹸はスクールで用意します。 【参加費】 ・一人当たり2000円を当日集金いたします。各食事代、シーツ代の実費ですので、差額を後で返金します。	
15:00 - 15:30	オリエンテーション		
15:30 - 17:00	各学年チームミーティング・入浴		
17:30 - 18:30	夕食		
18:30 - 19:30	各学年チームミーティング		
20:00 - 20:45	お楽しみ会[体育館]		
20:45 - 21:00	連絡ミーティング		
21:00	就寝 (コーチはミーティング)		

班のメンバー

___棟___階___室

名前	学年	係
		部屋長