

AWARA Junior B . C

秋季合宿 (Bクラス)



於 福井県立芦原青年の家

H18年10月7日～8日

注意

礼儀正しく接する事。

あいさつ おはようございます、こんにちは、こんばんは、
おねがいします、ありがとうございました。

備品は大事に使う事。

何か破損した場合はすぐに正直に知らせて下さい。

静粛にすごす事。

大きな声を出して騒いだり、走り回ったりしない事。

食堂 ロビー以外は飲食禁止。

お菓子類は持ち込み禁止とする。(クラブの方で用意します。)
バーベキュー時 及び2日目の練習時の飲み物はクラブの方で用意します。

洗濯機を使う場合はなるべく他の人と共同で使用する事。

場合他の人の衣類と区別出来る様に各自目印を付ける等、考えて下さい。
特にあわらジュニアのTシャツは全員同じ物ですから気を付けて下さい。

生活時間表に記載されている 集合時間 及び

寝時間、床時間を **厳守** する事。

持ち物 (参考までに)

- 1日目の練習時の飲み物
- 練習着 数枚 (体操服可)
- バーベキュー時に着る衣類 (汚れても良い物)
- パジャマ代わりにする衣類 (ジャージ等)
- 早朝 散歩時に着る衣類 (少し寒いと思われます)
- 練習用汗拭きタオル
- お風呂用タオル
- バスタオル
- 洗面用具、ドライヤー、シャンプー、石鹸
- ラケット、シューズ
- 筆記用具 (講習時に使います)
- その他個人で必要な物

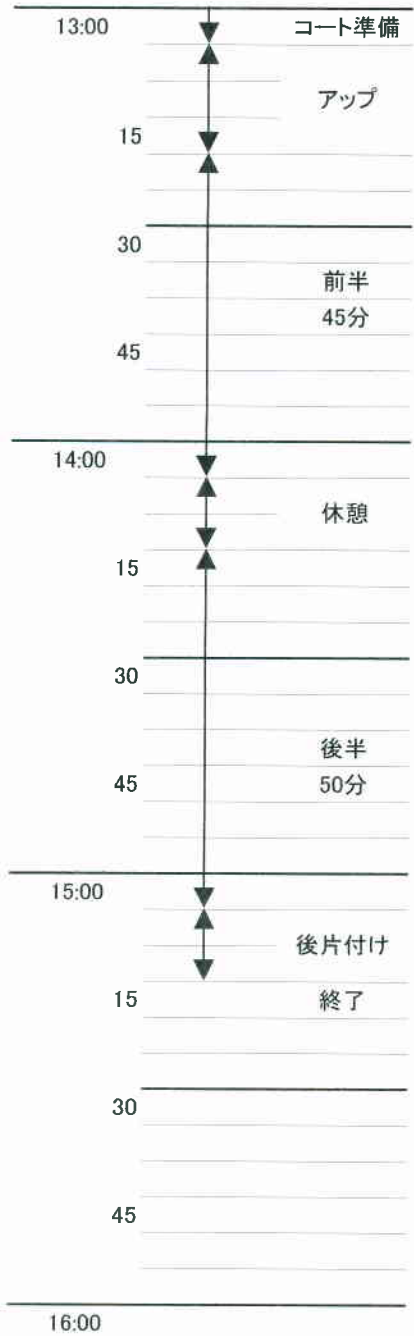
生活時間表

あわらジュニア B.C

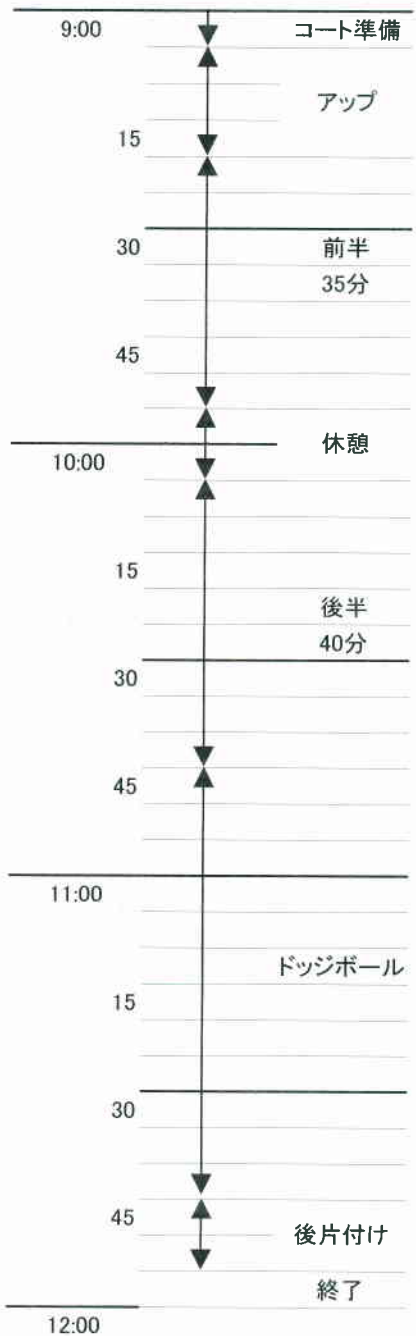
	10月7日 (土曜日)	10月8日 (日曜日)
6:00		6:30 起床
7:00		7:00 ロビー集合 ↑ 散歩 ↓
8:00		8:00 食堂集合 ↑ 朝食 ↓ 8:30 各部屋 掃除、点検
9:00		9:00 体育館集合 ↑ 実技練習 (試合)
10:00		
11:00		
12:00		11:55 練習終了 12:00 食堂集合 ↑ 昼食 自由交歓 ↓
	12:50 現地集合	
13:00	13:00 体育館へ移動 ↑ 実技練習 (基礎) ↓	13:00 第2研修室集合 ↑ バドミントン 講習 ↓
14:00		
15:00	15:15 練習終了 ロビー集合 ↓ 入所式 ベッドメイキング ↓	14:55 全日程終了 15:00 ロビー集合 15:15 現地解散 退所式
16:00	16:00 ロビー集合 ↑ バーベキュー ↓	
17:00		
18:00	18:30 バーベキュー終了 ↑	
19:00	全員食堂にて自由交歓 この間に順次入浴 ↑	
20:00	20:00 第2研修室へ 移動 ↑ バドミントン 講習 ↓	
21:00		
22:00	22:00 就寝	

練習スケジュール

10月7日



10月8日



部屋割り

洋 A	鈴木	平井		
洋 B	坪田	安嶋	大南	浜崎
洋 C	中林	北村	鍛川	辻村
洋 D	斧	五老	藪	堂前
洋 E	賀家	松田	矢尾	北村先生
和 1	坪田先生	団野先生	伊藤先生	道谷先生

バーベキュー班割り及び担当

	1班	2班	3班
釜戸係	坪田	安嶋	鈴木
	中林	大南	平井
食材係	斧	北村	浜崎
	賀家	鍛川	辻村
食器係	松田	五老	堂前
	北村先生	藪	矢尾
	団野先生	伊藤先生	道谷先生