

【志村少年剣友会 H29年 夏合宿 スケジュール予定】

7月28日 (金)	7月29日 (土)	7月30日 (日)
	6:00 起床	6:00 起床
8:30集合・出発	6:30 朝稽古 ※6:20 宿舎庭集合 班長点呼	6:30 朝稽古 ※6:20 宿舎庭集合 班長点呼
<u>環八治い ファミマ坂下一丁目店 駐車場</u>	7:30 朝食 ※5分前集合、食後の片づけ忘れずに!!	7:30 朝食 ※5分前集合、食後の片づけ忘れずに!!
11:00 レクリエーション (検討中)	9:30 稽古 ※9:20 宿舎庭集合 班長点呼	9:00 紅白戦 ※8:50 宿舎庭集合 班長点呼
12:00 昼食	12:00 稽古終了 12:30 昼食	11:30 稽古終了 (入浴)
14:45 精進湖民宿「樹海荘」到着 15:30 体育館清掃・稽古 ※15:20 宿舎庭集合 班長点呼	14:00 稽古 ※10分前宿舎庭集合	12:15 昼食 ※5分前集合、食後の片づけ忘れずに!! 13:15 荷持積み込み 13:30 樹海荘 出発 ※13:30前でも準備出来次第出発
17:00 稽古終了	17:00 稽古終了	
18:00 入浴	18:00 入浴	
19:00 夕食 ※5分前集合、食後の片づけ忘れずに!!	19:00 夕食 ※5分前集合、食後の片づけ忘れずに!! 20:00 自由時間	17:30 志村到着予定 <u>都営志村坂下一丁目アパート前</u>
21:00 消灯	21:00 消灯	

持ち物

剣道用具一式、手ぬぐい、着替え3日分、バスタオル、風呂洗面用具、帽子、現地使用のサンダル・ゴム草履、ハンガー、雨具、おこずかい(自己管理) (シャンプー、ボディソープは宿にあります)

- ※ 初日にレクリエーションを企画しています。**必ず履き慣れた運動靴を履いてきてください。**
- ※ 往路バス移動中の飲み物は各自でご用意ください。水筒の管理が出来ない為、当日廃棄可能なペットボトル飲料に限らせて頂きます。
- ※ 早朝稽古も全員参加です。合宿中に6回の稽古を予定しています。
竹刀はささくれ、割れのないものを2本、手ぬぐいは最低3枚以上。
必ず稽古ごとに洗濯済みの物を使用しましょう。剣道着も汗で乾かない為、複数持参が望ましいです。
濡れた剣道着をかけるハンガーを持参する事をおすすめします。
- ※ 夜間は冷える事があります。長袖・長ジャージ等有ると良いです。
- ※ 電子ゲーム、高価なカードなど紛失して困るものは持ち込まないこと。

合宿期間中連絡先 安田会長:090-9964-6933

笠嶋太:090-4704-6846 ・ 笠嶋房子:080-1080-2648

現地担当 齋藤秋哉:080-6634-5927 ・ 民宿『樹海荘』 0555-87-2115