

夏季合宿 持ち物等

期日： 7月6、7日（土日） 1泊2日

場所：【宿泊施設】 島田市野外活動センター（山の家）
427-0233 島田市身成 48-3 TEL 0547-39-0735
【カヌー体験】 さんりーな北側の池
436-0043 掛川市大池 2250 TEL 0537-22-5553

参加費： 7000円/1名（7/6朝、集合場所にて集金）

【1日目： 7月6日（土）】

集合：豊沢会館駐車場 8:10
さんりーな：到着予定 8:45
※カヌー体験は9:00～水場の安全講習含め1時間30分
山の家（宿泊先）：到着予定 11:00
昼食： 11:00～13:00
午後：運動 13:00～16:00
お風呂： 17:00～18:00
夕食： 18:00～19:00
花火： 19:00～20:00
レク： 20:00～21:00

【2日目： 7月7日（日）】

起床： 7:00
朝食： ～8:15
テニス： 8:30～10:30
BBQ： 10:30～13:00
川遊び： ～16:00
※中止の可能性大
片付け： ～16:30
移動： 16:30～17:30

7月7日（日） 17:30頃

豊沢会館駐車場に帰袋予定

持ち物：

【カヌー体験】

- ・水着
- ・ラッシュガード
水着の上に着るナイロン製のもの。
着用が望ましい。普段川遊びで着用しているモノで可
- ・マリンシューズ
ビーチサンダル・クロックスは不可。
マリンシューズがない場合、濡れても良い靴等で
代用可能

【宿泊】

- ・1泊2日に必要な着替え等
- ・パジャマ、歯ブラシ等

【川遊び】実施できない可能性大

- ・ゴーグル、浮き輪等 持っている選手持参可
- ・着替え用の巻きタオル
- ・移動等でビーチサンダルやクロックスがあると便利

【お風呂・洗濯】

- ・洗濯用ネット
- ・ハンガー 4～5本
- ・シャンプー等は備え付けのものがありません

【テニス】

- ・テニスラケットは荷物になるので不要

【住所】

- ・ご自宅の郵便番号・住所を書けるようにして下さい

全体を通して：

- ・服装は、練習着やサッカーで来ているものでOK
※初日の集合時は、水着にラッシュガードを着ているような軽装でOK（カヌー体験後に着替えて宿舎へ移動）
- ・靴は、マリンシューズ（濡れても良い靴）・クロックス（ビーチサンダル等）・普通の運動靴の3点
※サッカーで使用しているアップシューズでは、テニスができないため
- ・宿舎についてからの『おやつ的』なものは用意します。移動中のお菓子が必要な選手は持参可。

【重要】

- ・食べ物に関してアレルギー等がある場合、日頃服用している薬がある場合、事前にご連絡下さい。
- ・市販薬で使用できないものがある場合、事前にご連絡下さい。
- ・体調不良等、状況によってお迎えをお願いする必要があることをご了承ください。
- ・保険証のコピー不要
➡診察を受ける場合、島田市民病院を予定しております。ここでは、保険証のコピーが使えないため。
ただし、受診する場合、保険証をファックスして頂く場合があります。ファックスがない場合は、その場で、事情を説明し処理します。