

3・4年生 夏合宿 2023 7/24(月)・25(火)

7月24日(月)		7月25日(火)	
(集合) 7:20 SF春日井・SF蟹江 / 8:20 めいらくG			
9:40	〈フットサルアリーナ本巢〉	6:15	〈彦根市荒神山自然の家〉 起床
10:00	トレーニング	7:30	朝食
12:00	昼食	8:45	出発 〈ドラゴンハット〉
13:00	トレーニング	9:45	10:00
15:00	15:30	12:00	トレーニングマッチ予定
16:30	16:30	13:00	昼食
	出発 〈彦根市荒神山自然の家〉	16:00	トレーニングマッチ予定
	夕食	16:15	出発
	入浴	(解散予定) 18:00 牧野ヶ池緑地 / 18:45 SF春日井・SF蟹江	
	就寝		

◇集合・解散	《集 合》 7月24日(月)	《解散予定》 7月25日(火)
名東・名南・日進エリア <small>※集合=めいらくG 解散=牧野ヶ池緑地</small>	8:20 スジャータめいらくG	18:00 牧野ヶ池緑地 東口駐車場
春日井エリア	7:20 スポーツフィールド春日井	18:45 スポーツフィールド春日井
蟹江エリア	7:20 スポーツフィールド蟹江	18:45 スポーツフィールド蟹江

・帰りの解散予定時間は配信メールでお知らせいたします。

◎集合時の服装 → 1日目トレーニングができる服装・靴 (サンダル×)

◇持ち物 大バックと移動用小バックに分けて用意して下さい。トレーニング会場へは小バックのみ持って移動します。

◎合宿中は選手の自立を促すきっかけになることをねらいとして着替えなど身の回りのことは選手自身が行うように指示をします。荷物の準備もできる限り選手とともに行うようご協力ください。

移動用小バッグ	大バック	
1日目昼食(使い捨て容器)	着替え① 部屋着	着替え② 帰りの服
水筒	スクールユニフォーム・パンツ・ソックス	スパイク ※2日目に使用
タオル	就寝着	下着 (2日目、予備)
すね当て	バスタオル	洗面道具
	ビニール袋(汚れ物入れ)	筆記用具
	上履き(宿泊先の館内が必要)	常備薬(用途・使用法記入)

※1日目の会場がスパイク使用禁止です。サッカー用トレーニングシューズまたは運動靴で参加してください。

○持ち物には必ず名前を記入してください。

○1日目の昼食(捨てられる容器)をご用意ください。

○水分補給用の飲料の補充分はクラブで用意します。

○サッカーボールは必要ありません。

◇参加スタッフ

石 割 090-7631-8330 / 川 浦 080-3668-3918 / 松 田 080-1559-8914

全5名参加予定

山口楓 080-4211-8544 / 磯 野 090-4797-6219

◎参加を取り消す場合は必ず事務局までご連絡ください。(当日欠席の連絡は担当コーチまでお願いします。)