

2019 夏季合宿 参加者のしおり

「2019 夏季合宿」の参加にあたり、円滑で充実した合宿になる様、参加者・保護者の皆さんは下記の事柄を良く確認の上、体調を含め万全の準備をお願いします。

《持ち物》

- ・道着 ・サポーター類 ・水着 ・旅行用具（洗面用具・着替えなど）
- ・長袖シャツ又はウィンドブレーカー（夜間冷え込む場合に備えて）・帽子 ・懐中電灯 ・初日の昼食
- ・水筒（中身はジュース禁止） ・長3又は長4サイズの封筒（中学生以下のみ）

《荷物について》

荷物は必要最小限にし、極力リュックサック・バッグなど1つにまとめて下さい。
また、行きも帰りもバスに積み込んだ荷物は途中の休憩時に出すことが出来ません。
バスの中や休憩時に使うもの、初日の昼食などは分けておいて下さい。

☆少年部も**必ず参加者本人が主体で荷造りをして下さい**。『合宿は準備の時から始まっている』
という意識を持てると共に忘れ物防止にも繋がります。保護者の方のご配慮をお願いします。

☆稽古時の飲み物は各自が用意して下さい。

☆毎年忘れ物が多数出ます。**※ 全ての持ち物に必ず名前を書いて下さい。**

《携帯電話・現金の預かりについて》 ※中学生以下の参加者

- (1) 行き帰りの緊急連絡等の為に携帯電話の持参は認めますが、中学生以下の参加者が持参した携帯電話を宿舎滞在中は預かります。宿舎到着時に預かり、帰りの宿舎出発時に返却します。
※預かる機器の取扱いには十分配慮しますが、万一に備えケースに入れるなどの防護をして下さい。
保護者の方からお子さんへの緊急連絡は下記連絡先へお掛け下さい。
参加者からご家族等への緊急連絡が必要な場合は、一時的に携帯電話を返却して使用を認めます。
- (2) 宿舎滞在中は、紛失等のトラブルを避けるため現金を預かります。
宿舎で飲み物を買う為の小銭以外の現金（及び貴重品）は、帰りの出発まで預かります。
預ける現金は**各自が封筒（長3又は長4サイズ）に入れ、封をして表に名前を書いて下さい。**

(1) (2) は**ジップロックなどの中身が見えて口にチャックの付いた入れ物に名前を書いて携帯電話と封筒（現金・貴重品）を入れて下さい。**

宿舎到着の整列に班ごとに預かりますので、それまでに準備をして下さい。

《お菓子》 お菓子を食べられるのは行き帰りのバス移動中のみとします。またアレルギーを考慮しお菓子の交換は禁止とします。その点考慮の上で希望者のみが適量を持参して下さい。

《お小遣い》 お小遣いは自分で管理ができる金額を持って来て下さい。

お金が使える場所は行き帰りのサービスエリア・宿舎の自販機（飲み物）のみです。

《玩具》 一人で遊ぶ携帯型ゲーム機などは持参不可。みんなで遊べるトランプなどは持参可。

《初日の昼食》 初日の昼食は、「千葉東金道路 野呂PA」で摂ります。持参する昼食容器は荷物にならない使い捨て容器をお使い下さい。また、昼食代を持参し購入しても構いません。

《アレルギーへの対応》

アレルギーがある場合は、**必ず『参加者本人が』食べられないものを承知の上で参加**して下さい。

宿舎提供の食事が食べられない場合、代替りの食事を持参しても構いません。

※食事の詳細を事前に知りたい方は、宿舎にお問合せ下さい。

集合・解散：初日の集合・終了時の解散はいずれも横浜駅の「北改札」前です。(下図内現在地)



必ずトイレを済ませてから集合して下さい。

保護者の皆さんは、この集合場所での見送りとさせていただきます。スムーズな移動と近隣への配慮のため、バス発着場所までの同行及びバス発着場所での見送りはご遠慮下さい。

解散時のお迎えは、原則として両親・ご家族がお越し下さい。確認が取れない場合は、安全上道場生の引き渡しが出来ません。**家族以外（他の参加者の親御さんなども同様）がお迎えする場合は必ず事前にお知らせ下さい。**

《2019 夏季合宿スケジュール》

7/20(土)	7/21(日)
<p>9:30 JR 横浜駅「北改札」前に集合 点呼後、バス発着所へ移動 (見送りはここで完了して頂きます)</p> <p>10:00 バス発着所(横浜駅東口)を出発</p> <p>12:00 昼食(野呂 SA)</p> <p>13:00 宿舎到着・点呼・部屋割り</p> <p>14:00～16:00 稽古</p> <p>16:30～ 入浴</p> <p>18:30 夕食・ビンゴ大会</p> <p>19:30 花火大会・親睦会</p> <p>20:00 布団敷き 自由時間・就寝準備</p> <p>22:00 就寝</p>	<p>5:00 起床</p> <p>5:20 集合</p> <p>5:30～7:00 早朝稽古</p> <p>8:00 朝食</p> <p>9:00 宿舎清掃</p> <p>10:00～11:30 稽古・マラソン大会</p> <p>12:00 昼食</p> <p>13:00 現地出発</p> <p>15:00 バス発着所(横浜駅東口)到着</p> <p>15:30 JR 横浜駅「北改札」前に到着 点呼後に解散</p> <p>※気候・交通事情等により予定を変更することがあります。</p>

☆この合宿の様子は、facebook に随時投稿を予定しています。

◇横浜本部道場 facebook ページ ⇒ <https://www.facebook.com/iko.yokohama/>
facebook ページは公開での投稿となりますので、プライバシー保護の配慮を必要としない写真・内容のみの投稿となります。

◇羽田支部長個人の facebook ⇒ <http://www.facebook.com/shigeru.haneda>
写真>アルバム>「2019 夏季合宿」に投稿します。なお、参加者のプライバシー保護の為、このアルバムは「友達」への限定公開となります。facebook で羽田支部長と友達になっていない方はお気軽にリクエストして下さい。 ※スパム対策の理由から人物特定ができないリクエスト承認は出来ません。メッセージを添えるなどして頂ければ幸いです。

☆合宿 2 日目 7/21 (日) の帰路は交通状況・到着時間は下記 2 つの SNS に投稿します。

◇横浜本部道場 facebook ページ ⇒ <https://www.facebook.com/iko.yokohama/>

◇極真空手 横浜港南支部 Twitter ⇒ https://twitter.com/iko_yokohama

☆ 合宿中の緊急連絡は下記まで。

◎羽田シゲル 支部長 090-8491-0039

◎穴倉一太郎 支部長 090-6513-6981

◎宿舎「南風荘」 〒283-0104 千葉県山武郡九十九里町片貝6910 TEL 0475-76-2303

※合宿中、緊急に連絡することがあります。合宿申込書に記入した緊急連絡先へは確実に連絡がとれるようにして下さい。体調不良等で合宿参加の続行が難しい場合、保護者の方にお迎えに来て頂くこともあります。

※欠席・途中早退の場合、参加費用はお返し出来ませんが記念Tシャツは差し上げます。

合宿参加にあたっては、体調管理も含めた十分なお配慮をお願いします。