

# 夏合宿 注意事項

合宿成功のためにも皆がルールを守りましょう！

『率先垂範！』 『5分前整列』

1. 新極真会会員として自覚を持って行動し、挨拶はしっかりしましょう。
2. 行動は時間厳守で！行動は基本的に部屋単位とし、稽古や食事、入浴などスケジュールに遅れないようにして下さい。  
道場責任者・黒帯が誘導、指示！
3. 合宿期間中、貴重品は各自で保管して下さい。紛失・盗難などの責任は負いかねます。  
※部屋長が鍵の管理や施錠を徹底！
4. 稽古時の水分補給の用意は各自でお願いします。
5. 海岸稽古の後、足をしっかり洗ってから宿舎に入して下さい。  
特に濡れた（砂で汚れた）道着で入らないようにして下さい。
6. 朝食後、各自で荷物整理と部屋の掃除をして下さい。  
部屋、体育館に忘れ物をしないようにして下さい。
7. 合宿期間中の外出禁止！昼夜問わず海岸など外出しないこと。
8. 日曜日の昼食後、現地で解散となります。  
12時40分頃解散予定
9. 道場責任者・黒帯は避難場所・経路の確認、道場生（特に少年部）の行動・身の回りには細心の注意を払うようお願いいたします。  
無事故で！

●夕食時間 18：30

朝食時間 7：30

昼食時間 12：00

●チェックアウト 14：00 ※10：00部屋退去

海岸稽古前に、食堂又は車に荷物を移動して下さい。

○避難場所：九十九里中学校 片貝1899-4

○救急病院：九十九里病院 片貝2799 TEL0475-76-8282 民宿から5分