



## 2024 夏合宿スケジュール表

7月13日(土)	7月14日(日)
13:45 体育館集合	5:30 起床
14:00 結団式・合同稽古	5:50 宿舎前集合(Tシャツ・サンダル)
15:00 班別・目的別稽古	6:00 海岸稽古
17:00 稽古終了 入浴・自由時間	7:30 朝食 ※荷物整理・掃除
18:30 夕食	9:30 宿舎前集合(道着・サンダル)
19:30 アトラクション ※少年部のみ ジャンケンゲーム・クイズetc	10:00 海岸稽古
21:00 「一般部懇親会」 自由時間	11:30 稽古終了
23:00 消灯	12:00 昼食・解散式
	12:40 現地解散

※時間変更の場合もありますので指示に従って下さい。

### 合宿成功のために皆がルールを守りましょう！

1. 挨拶をしっかりしましょう！ 時間厳守で！ 『5分前整列！』
2. 貴重品は各自で保管。部屋長が鍵の管理と施錠を徹底。紛失盗難に注意！
3. 稽古時の水分補給は各自で用意して下さい。
4. 稽古から宿舎に戻った時は、足をきれいにしてから入ること。  
特に海岸稽古の後は道着で宿舎には入らないこと。
5. 朝食後、部屋の掃除と荷物整理。荷物は食堂(車)に移動する。
6. 合宿期間中は外出禁止です。
7. 宿舎・体育館に忘れ物をしないように。(解散時、父兄の方のチェック！)

## 稽古は厳しく その後は楽しく！

新極真会 千葉南支部