

■ 8月23日 (金)

AM 8:30 スポーツセンター駐車場集合 (時間厳守)
出発式
9:00 出発
11:30 神鍋名色高原到着
部屋割り・昼食 (お弁当) ……休憩
練習の服装に着替えグラウンドへ
PM 2:00 練習
4:30 練習終了……低学年から宿舎へ……入浴
6:30 夕食
8:00 ミーティング
9:30 就寝

■ 8月24日 (土)

AM 6:00 起床
6:30 ラジオ体操
7:00 部屋等のそうじ
7:30 朝食
9:00 練習
11:30 練習終了……宿舎へ
PM 0:00 昼食……休憩
2:00 練習
5:00 練習終了……低学年から宿舎へ……入浴
6:30 夕食
8:00 レクリエーション
9:30 就寝

■ 8月25日 (日)

AM 6:00 起床
6:30 ラジオ体操
7:00 部屋等のそうじ
7:30 朝食
8:00 荷づくり
9:00 練習

PM 0:00 練習終了……宿舎へ
0:30 昼食……休憩・部屋のかたづけ
2:00 出発
6:00 伊丹スポーツセンター駐車場到着予定
解散

注：最終休憩SAより、到着予定時刻を連絡網にてまわします。

合宿では……

☆団体行動を心がけ、勝手な行動はしない。
☆自分のことは自分でやろう。
☆体調が悪い時、ケガをした時は、すぐにコーチに言う。
☆上級生はリーダーシップを養うことを目的としよう。
☆お世話になる方々には、きちんとあいさつをしよう。

みんなで協力して楽しい合宿にしよう！

◇宿泊先：

〒669-5379

兵庫県豊岡市日高町名色1337 名色ホテル本館

TEL(0796)45-0393 FAX(0796)45-1190

<http://www.kannabe-nasikihotel.com/index.html>

⑤緊急診療先：

〒668-8501

兵庫県豊岡市戸牧1094 公立豊岡病院組合立 豊岡病院

TEL(0796)22-6111