

FC おゆみ野クラブ合宿のしおり



2022年7月16日(土)～17日(日)

白子・サンライズオーツカ

〒299-4215 千葉県長生郡白子町中里 4408-18

TEL 0475-30-2221

学年 名前

1. 日程 2022年7月16日(土)～17日(日) 雨天決行
2. 宿泊場所 白子 サンライズ オーツカ
〒299-4215 千葉県長生郡白子町中里 4408-18
TEL 0475-30-2221
3. 集合場所 **3年生・4年生・5年生 春の道公園**
6年生 扇田小学校
4. 集合時間 午前 8:00
5. 出発 午前 8:30
(バスの乗降の際にはスパイクシューズは禁止。トレシューは可)
(**出発時の服装は黄色ユニフォーム** (パンツは自由) を着用願います)
※黄色ユニを持って無い場合は事務局にご一報下さい。

持ち物

- 健康チェックカード（学校又はFC おゆみ野のもの）
- マスク（複数枚）
※基本、屋外での活動時以外はマスク着用となります。
- 歯ブラシ等（シャンプー等はありません）
- 就寝用の服（必要に応じて）
- 着替え用の服（スポーツウエアなど…。2日目が雨天の場合、帰宅前に入浴予定となりますので、1セット多めの着替えをお願いします。）
- 下着・靴下など（1セット多め、海遊びではしゃぎ過ぎる可能性がある場合は2セット）
- アクアシューズ又はサンダル（海での水遊び用）
※膝下までの水遊びをします。水着は不要
- ビニール袋（汚れ物入れ）
- 屋外用トレーニングシューズまたはスパイクシューズ
- 試合用ユニフォーム（紺）・紺パンツ・紺ソックス …1日目着用
- 試合用ユニフォーム（白）・白パンツ・白ソックス …2日目着用
- 帽子（熱中症対策に必須ですので持たせて下さい）
- バスタオル（ホテル側でバスタオルの用意はありません）
- タオル（多めに持たせて下さい）
- ボール、すねあて
- アイシングバック又はバクダン
- 1日目のドリンク ※大き目の水筒に入れて持参下さい
- 移動用の小さいバッグ又はリュック（タオル、シューズ等入るもの）
- 常備薬（酔い止め等 自分で使用する為の薬）
- その他必要な物。スマホ等の貴重品は不可となります。

☆ 全ての持ち物には **名前を記入又は持ち主がわかる目印**をお願い致します。

☆ ご不明な点は事務局又は各ヘッドコーチまでお願い致します。

連絡先 事務局 高橋 090-8047-3994

スケジュール（予定）

7月16日（土）

- 8：00 3年生・4年生・5年生 春の道公園集合
8：00 6年生 扇田小集合
8：30 出発
9：30 ホテル到着・・・**並んで挨拶をしよう。よろしくお願いします！**
大広間に荷物を移動
10：00 海へ移動（詳細内容は別途）
11：30 ホテルへ戻り着替え
11：45 ホテルにて昼食
12：30 グラウンドへ出発
12：50 記念写真撮影
縦割りサッカー（チーム分けは当日発表）
各学年 MVP・優勝チームには景品有り！楽しみましょう！
16：00 ホテルへ移動・部屋割発表
16：45 入浴
17：45 夕食
18：50 表彰式/オリエンテーション
20：10 自由時間
21：00 消灯 **明日のためにちゃんと寝よう！**

7月17日（日）

- 6：30 起床・身支度・検温
7：00～7：30 朝食 身支度（荷物は大広間へ）
7：50 大広間に集合
8：00 ホテル出発
8：30 グラウンドにてアップ開始
3・4年・5年 白子ホテル組合グラウンド・・・バス移動5分、人工芝
6年 オーツカグラウンド・・・1日目と同じ場所
9：00 大会又は練習試合開始（詳細内容は別途）
11：45 お楽しみタイム、お昼（お弁当）
13：00 午後の部 練習試合開始
16：00 終了 挨拶、片付け後にホテルへ移動
17：00 ホテル出発
18：00 扇田小到着 解散 **※帰宅時間は天候及び子供の状況により、**

早まる可能性があります。

※車でお迎えの際の駐車は昇降口前又はお寺裏空き地への駐車をお願い致します。