

2013 年度 少年部夏合宿のしおり

7 月 6 日（土）～7 日（日）

☆（集合、終了）場所、時間、注意点など

- ◎ AM 9 時 0 0 分、福井市少年自然の家に集合してください。
- ◎ 到着したら、必ず受付をしてください。体育館入り口で行います。
- ◎ 当日の朝食は、各自で済ませてください。
- ◎ 遅れる場合は、必ず各道場の先生方に、ご連絡ください。
- ◎ 当日、体調のすぐれない人は、事前に（もしくは受付に）、申し出てください。
- ◎ 初日のみ参加の人のお迎えは、PM9:30 頃を目安に、お願い致します。
- ◎ 2 日目は、バーベキュー終了後に現地解散(PM2:30 予定)となっておりますので、お迎えは、だいたい PM2：00～2：30 頃を目安で、お願い致します。

☆持ち物

- ◎空手着、練習用の T シャツ、ランニングシューズ、靴下（屋外での練習も行いますので、必ずお持ちください。）、着替えの服、下着、室内用スリッパ、洗面具、汗拭き用タオル数枚、バスタオル（入浴される方のみ）、虫除けスプレーなど。
- ◎サポーターを一式（拳サポーターもしくはグローブ・スネ・ヒザ・金的カップ、チェストガード＜女子のみ＞）
*まだ、購入していない場合は、なくてもかまいません。
- ◎保険証のコピー。
- ◎毎年必ず、持ち主不明の忘れ物が、発生しています。

持ち物には、必ず、名前の記入をお願いいたします。

☆ その他

- ◎参加申込書には、緊急の連絡先（当日連絡のつく電話番号・携帯）を、必ず、ご記入ください。
- ◎その他、ご不明な点がありましたら各道場の担当者（支部長、指導員）、もしくは少年部夏合宿 担当 梅田 090-1317-9071 迄ご連絡ください。