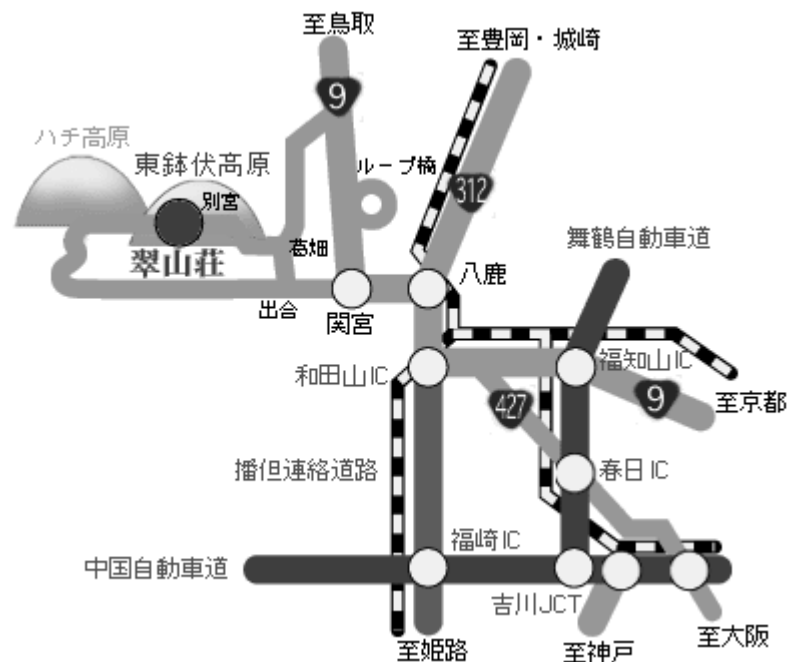


| 持 物 | 確 認 | 持 物 | 確 認 |
|--|-----|--|-----|
| ■ラグビー用具 ジャージ ストッキング ヘッドキャップ マウスガード(中学) スパイク 練習Tシャツ 練習着替え 練習用タオル 運動靴 長袖上下(スエット等) ■大切なもの 気力・勇気・笑顔 | | ■着替え(必要枚数) 就寝用着替え 宿舎用着替え 下着 靴下 ■洗面用具 入浴用タオル 歯磨きセット ■その他 着替え袋(名前書く) 水筒(行きの飲み物) 健康保険証のコピー 持病薬 帽子 | |
| 1. 保護者会から指示されたことがあれば、忘れない様にしてください。 2. 気象条件にもよりますが、念のため長袖上下を準備してください。 3. 宿舎～グラウンドは、徒歩10分です。必ず運動靴をはいてくること。 4. <u>すべての持物には、必ず名前を書いておくこと。(シューズも)</u> 5. おやつ類、ゲームなどは持参を禁止します。(没収します) | | | |



Takarazuka Rugby school

区分:
学年:
氏名:

2017 Summer Camp in Hachibuse



■ 友情・挑戦・自立 ■

宝塚ラグビースクール

| 8月19日(土) | | | 8月20日(日) | | |
|----------|--------|--------|----------|--------|--------|
| 時刻 | 小学生 | 中学生 | 時刻 | 小学生 | 中学生 |
| 5:30 | | 起床 | 5:00 | | 起床・片付け |
| 5:45 | | 軽食 | 5:30 | | 朝食 |
| 7:00 | 起床 | 練習開始 | 6:45 | 起床 | |
| 7:30 | 朝食 | | 7:00 | | 練習開始 |
| 8:00 | | ↓ | 7:15 | 朝食 | ↓ |
| 8:30 | 練習開始 | | | 片付け | ↓ |
| 9:00 | ↓ | 練習終了 | 8:30 | 集合・写真 | 集合・写真 |
| 9:30 | ↓ | 朝食 | 9:00 | 練習(試合) | 試合(1年) |
| 10:00 | | | 10:30 | ↓ | 宿舍へ道具 |
| 11:00 | 練習終了 | | 11:00 | | シャワー |
| 11:30 | 昼食 | | 11:30 | 終了 | 食事 |
| 12:00 | | 昼食 | 12:15 | シャワー | 宿舍出発 |
| 13:00 | | ミーティング | 13:00 | 食事 | ↓ |
| 13:30 | 練習開始 | | 13:30 | 宿舍出発 | ↓ |
| 14:30 | ↓ | 片付け・掃除 | 14:30 | | ↓ |
| 15:30 | ↓ | アップ開始 | 15:30 | ↓ | 市役所到着 |
| 16:00 | 練習終了 | 試合開始 | | ↓ | 用具運搬 |
| 17:00 | シャワー入浴 | ↓ | 16:30 | 市役所到着 | 解散 |
| 17:30 | | 練習終了 | | 解散 | |
| 18:00 | 夕食 | シャワー入浴 | | | |
| 18:30 | | 夕食 | | | |
| 19:00 | スタンツ | スタンツ | | | |
| | 炎の儀式 | 炎の儀式 | | | |
| 22:00 | 消灯・就寝 | 消灯・就寝 | | | |