

2023 合宿 MEMO



東図書館集合 : 7時45分

バス乗りこみはラグビー練習を出来るスタイルで!

帽子・**スクールTシャツ**・パンツ・ストッキング・運動靴

バス座席へ持ち込み!

弁当・水筒
ヘッドキャップ・スパイク・汗拭きタオル



朝、コーチに渡すもの
健康調査票、



<注意1>水筒は大き目で!

<注意2>寒さ対策も必要です。(着替えを十分に!)

※ブヨ対策 (長袖長ズボン必須)

<注意3>持ち物 ❖ バス荷物置き場



- ❖ (くつ下1足から) 全ての物に名前!!
- ❖ 荷物は大きくなっても1つにまとめ

(最低限、必要なものを記載しています)

①

- ・ タオル①(ふろ)
- ・ 下着(パンツ①)
- ・ パジャマ
- ・ ハブラシ
- ・ 普段着上下

②

- ・ 練習着上下(各②)
- ・ ストッキング②
- ・ 下着(パンツ②)
- ・ タオル②(練習・ふろ)
- ・ 普段着上下

③

- ・ 練習着上下(各①)
- ・ ストッキング①
- ・ 下着(パンツ①)
- ・ タオル②(練習・ふろ)
- ・ 帰省用服上下
- ・ (くつ下)

洗濯物入れ

- ・ 汚れものを入れる

魚つかみ

- ・ ~~魚~~
- ・ ビーチサンダル (かかとのあるもの)
- ・ タオル

- ・ おやつ (500円程度)

かん・ビン類は禁止

- ・ **コップ (自分専用)**

必ず名前かくこと

- ・ 健康保険証 (各自かばんの中に)

- ❖ 低学年は、1日ごとに袋分けし、袋の表に名前を書いてください
(自分の荷物を把握させる為、必ず、お子さんと一緒に準備してください)
- ❖ 高学年は、自分の事は自分でできるように準備させてください
- ❖ 忘れ物は、名前がないと処分します