

極真館 2012年 夏合宿予定表 (蓮田支部 18班)

7/28(土)～30(月)

日 時	28日(土)	29日(日)	30日(月)
5:00		5:00起床 5:50一般部ホテル中庭、	5:00起床 5:50一般部ホテル中庭
6:00		少年部大宙集合 早朝稽古	少年部大宙集合 早朝稽古
7:00		稽古終了※一般部は少年部を迎えに行く 7:30朝食(敦煌)	稽古終了※一般部は少年部を迎えに行く 7:30朝食(敦煌)
8:00	久喜駅西口「カラオケマック前」 8:30集合、9:00出発(時間厳守)		部屋の荷物移動 男子:山河 女子:ゲームコーナー
9:00		9:15一般部水上体育館、 少年部大宙集合 9:30～稽古	9:15一般部水上体育館 少年部大宙集合 9:30～稽古
10:00			
11:00	SAにて昼食	稽古終了 ※一般部は大宙へ少年部を迎えに行く	稽古終了 大宙にて18班集体写真撮影
12:00	到着予定 入館 12:30班長・責任者大宙へ集合	昼食(敦煌) 12:50一般部水上体育館、	昼食(敦煌)
13:00	13:45大宙集合	少年部ホテル中庭集合 レクリエーション	バスへ移動、出発
14:00	全体稽古 全体稽古後一般部は体育館へ	一般部:トッチホール、相撲 少年部:プール、綱引き、宝探し	
15:00	15:30稽古終了 ※一般部は大宙へ少年部を迎えに行く	15:30終了	久喜駅西口到着予定 15:30～16:30頃
16:00	入浴(部屋風呂利用)	16:40入浴(露天風呂天煌)	※交通事情により多少ずれる 可能性があります
17:00	17:30入浴終了	17:00入浴終了(部屋風呂利用可)	※メールアドレスを登録されて いる方にはメールにてほぼ正確
18:00	夕食(敦煌)	夕食(敦煌)	な時間をお知らせ致します。 見山先生携帯に連絡いただい
19:00	19:10大宙集合 19:30盧山館長講話		ても結構です。その際ご近所・ お知り合いの方へ連絡をまわし
20:00		班ミーティング(部屋ごとに)	てくだされば幸いです。
21:00	班ミーティング(部屋ごとに)	消灯	
22:00	消灯		

注:一般客がいますので風呂等騒がないように。館内では必ず靴を履くこと。素足での移動は厳禁です。

宿泊ホテル 「松乃井」 群馬県利根郡みなかみ町湯原551 0278-72-3200

見山先生携帯 090-3064-5391