


秩父合宿の予定表

2015/7/20

- ◎日 時 …… 平成27年7月31日（金）～8月2日（日） 2泊3日 雨天決行
- ◎宿 泊 …… 民宿 「すぎな」 Tel 0494-23-2003 秩父市久那1036
- ◎出発日時 …… 7月31日（金） AM9:40集合 時間厳守
- ◎集合場所 …… 東武東上線 「大山」 駅 北口改札 （ファミリーマート前）
- ◎初日服装 …… 青い練習着+サッカーシューズ
- ◎予定日程 …… 31日（金） 10:00 東上線「大山」 駅発

前日の就寝は早めに！
睡眠時間を十分に取
りましょう。

10:30 西武線「池袋」 駅発 ちちぶ11号 （車中で昼食）
11:48 「西武秩父」 駅着
↓ 民宿バス及びコーチの車で移動
12:20 グランド到着
13:00 荒川総合グラウンド（秩父市荒川上田野） 練習
17:00 終了
↓ 民宿バス及びコーチの車で移動
17:30 民宿到着後 挨拶・入浴・バーベキュー・自由時間
21:00 洗面・はみがき・就寝

1日（土） 5:30 起床・散策・体操・7:00朝食
8:00 民宿出発
↓ 民宿バス及びコーチの車で移動
8:30 グランド到着・試合・地元チームと練習試合
↓ 影森グラウンド
12:00 昼食 
↓
16:00 終了
↓ 民宿バス及びコーチの車で移動
17:00 民宿到着後 入浴・夕食・花火大会
21:00 洗面・はみがき・就寝



他チームと試合をします。
試合ユニホーム一式を
必ず持たせて下さい。

ボクは誰の～？
例年、ストッキングの
忘れ物があります。
必ず名前を書いて、持ち主
が誰か、大人が分かるよう
にして下さい。

2日（日） 6:00 起床・散策・体操・7:30朝食・荷物整理
8:30 挨拶・民宿出発
↓ 民宿バス及びコーチの車で移動
9:00 ネイチャーランド浦山・昼食（バーベキュー）/川遊び
（秩父市浦山3358-1）
15:00 終了
↓ 民宿バス及びコーチの車で移動
16:25 「西武秩父」 駅出発 ちちぶ36号
17:47 西武線「池袋」 駅着
18:07 東上線「大山」 駅着マック側改札口にて解散

- ◎持ち物 …… 試合ユニホーム/オレンジ・青 パジャマ
 - ボール/ボールを入れるネット 帽子
 - シューズ サンドル（かかとのあるもの。ヒール不可）
 - すねあて 水着 雨具
 - 青・白ストッキング（記名すること）1日（金）の昼食（容器は捨てられるもので）
 - タオル・バスタオル 水筒
 - ちり紙 常備薬（酔い止め）
 - 着替え （2日分） 保険証（写し）
 - 洗面道具
 - 着替え入れ袋（洗濯物入れ）
- } 引率役員を経由し会長に提出
(保険証(写し)は帰りに返却)
- *持ち物には名前を書いて持たせてください。**

ぜんそくや食物アレルギーの症状をお持ち
の方は、別途申告下さい。
食事等の応急対応の参考とさせていただきます。

シルバーフォックスサッカークラブ
緊急連絡先 金子携帯 090-8599-5579
横倉携帯 090-3474-1863
篠崎携帯 090-6150-0089