


# 秩父合宿の予定表

2019/7/20

- ◎日 時 . . . 令和元年8月2日（金）～8月4日（日） 2泊3日 雨天決行
- ◎宿 泊 . . . 民宿 「すぎな」 T e l 0 4 9 4 - 2 3 - 2 0 0 3 秩父市久那1036
- ◎出発日時 . . . 8月2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 . . . 2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 別所運動公園多目的グラウンド（秩父市別所1695） 練習  
16:30 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・夕食・花火大会  
21:00 洗面・はみがき・就寝

-----  
3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 影森グラウンド到着・地元チームと練習試合  
↓  
12:00 昼食   
↓  
16:30 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・バーベキュー・自由時間  
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  
にしてください。

-----  
4日（日） 6:00 起床・散策・体操・7:00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  
9:30 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3853-3）  
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  
17:46 西武線「池袋」 駅着  
18:09 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/シューズ 帽子
- ボール、着替え等を入れるDバック サンダル（かかとのあるもの。ヒール不可）
- すねあて 水着 雨具（折りたたみ傘）
- 青・白ストッキング（記名すること） 2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（蓋と本体に名前を記入）
- ちり紙 常備薬（酔い止め）
- 着替え （2日分）（記名すること） 保険証（写し）
- 洗面道具 エチケット袋
- 着替え入れ袋（洗濯物入れ） ゲーム類（トランプ・UNOのみ可）

} 引率役員を経由し会長に提出  
(保険証(写し)は帰りに返却)

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