

宮西サッカー教室 秋レクレーション 計画案 <マリンパーク>

2013/9/19

日時：10/26（土）～10/27（日） 場所：マリンパーク

檀山 

10/26（土）

時 間	6年生	5年生	4年生
14:00	選手集合（マリンパーク宿泊所玄関）		
	班分け・合宿注意事項説明		
14:30	トレーニング（ランニング）		
15:30	夕食準備（班行動）		
16:00	施設入寮		
16:20	夕食開始(班行動)		
	自炊体験・レクレーション		
18:30	片付け		
19:00	入浴・自由時間		
19:30	お楽しみレクレーション（選手・スタッフ）		
21:00	自由時間		
22:00	消灯・就寝		

6年生保護者母さんは、PM22:00帰宅

宿泊は、6年生・5年生・4年生 及び コーチ

10/27（土）

当番保護者母さんは、朝6時に来て下さい！

時 間	6年生	5年生	4年生	3年生	2年生	1年生
5:45	起床			8：30 集合（マリンパークグラウンド） 9：30迄 自由時間		
6:30	早朝マラソン（約7キロ）					
7:15	朝食準備（班行動）					
	自由時間・片付け（各部屋の掃除）					
9:00	施設退寮					
9:30	全学年選手合流（マリンパークグラウンド）					
9:40	6,5,4年生→練習マッチ， 3,2,1年生→ウォーミングアップ＆親子サッカー・ミニゲーム					
10:15						
11:30	BBQ準備	練習マッチ＆親子サッカー＆その他				
12:00						
12:00	全選手・保護者・スタッフ 食事（BBQ大会） グラウンドではサッカー					
15:00	お楽しみレクレーション 全学年選手（自由時間）					
16:00	片付け					
17:00	終了：全員解散					

ご宿泊のみなさまへ

● 基本時間

チェックイン : 16:00~18:00 , チェックアウト : ~9:00まで

● 宿泊室内では飲食禁止

館内への飲食物の持ち込みはご遠慮願います。

館内は全館禁煙となっておりますので、喫煙は所定の喫煙所をお願い致します。

ロビーの自動販売機のジュース等の飲食については、ロビーをご利用下さい。

● 布団はセルフサービス

シーツは各部屋に用意してあります。必ずシーツをご利用のうえ、お休み下さい。

使用済みのシーツはご宿泊翌日、廊下のシーツ入れに入れて下さい。

布団・シーツ等が汚れた場合は、必ず職員へご連絡下さい。

● 入浴時間

入浴時間は、22:30までとなっております。他のお客様のご迷惑になりますので、

22:30以降の入浴はご遠慮下さい。

● 非常口の確認

宿泊棟入口、宿泊棟ロビー横(北)、廊下奥(西)、の3カ所です。必ずご確認をお願い致します。

● 門限 22:30

22:30にマリンパーク入口の門が閉まります。以降は車の通行ができなくなりますので、ご注意下さい。

宿直者が22:30までは事務室に、以降は101号室に控えていますので、ご用の場合はご連絡下さい。

共同の施設です。皆様ゆずりあってご利用ください。よろしくお願い致します。

マリンパーク新居浜

宿泊される 監督、コーチ、保護者、6・5年生のみなさまへ

布団以外の物は、全て各自での準備となります。

(着替え、タオル、シャンプー、リンス、ボディーソープ、洗面道具などなど)

上記の注意事項を守り、規律正しく、また、楽しく合宿してきてください。

宿泊される保護者のみなさま、お母さんたちは帰りますので、子供達のお世話をお願いします。

BBQ、その後も ほどほどに・・・

秋合宿 タ・朝 食事献立予定表 <マリノパーク>

2013年

日時：10/26（土）夕食、10/27（日）朝食 場所：マリノパーク

1905/7/5

礪山 

班 名	
班 長	
班 員	
保護者代表	

10/26（土） 夕食分

おかず（内容計画）	
おかず（最終決定）	
予算（計画）	

各当番表

買い物係（2名）					
すいはん係（2名）					
調理係（4名）					
はいぜん係（2名）					
後片付け全員					

10/27（日） 朝食分

おかず（内容計画）	
おかず（最終決定）	
予算（計画）	

各当番表

すいはん係（2名）					
調理係（4名）					
はいぜん係（2名）					
後片付け全員					