

2018年 菅平夏合宿説明会

前橋ラグビースクール

1. 目的 「集中練習によるラグビースキル向上と集団生活による協調性、自主性の体得」
2. 期間 平成30年7月27日(金) ~ 7月29日(日) 2泊3日
3. 行程 7月27日/集合: 午前8時 いつものグラウンド北側駐車場 出発: 午前8時30分
前橋IC→甘楽PA→小諸IC→道の駅「雷電くるみの里」→菅平高原(エーデルホテル)
7月29日/帰着: 午後6時~7時頃の予定
菅平高原(エーデルホテル)→道の駅「雷電くるみの里」→小諸IC→横川SA→前橋IC
(なお、到着時間は渋滞の状況により大幅に前後しますので連絡網で到着時間をお知らせします。)
時間に余裕を持って集合・お迎えをお願いします。
4. 宿泊先 エーデルホテル 長野県真田町菅平高原 1223-1548 (TEL 0268-74-2131)
5. 合宿時間割 MRS ホームページ、会員ページよりご覧ください。
6. 所持品 ・MRS ジャージ・ヘッドキャップ・ラグビーパンツ・スパイク・ストッキング
・運動靴・着替え・洗面用具・タオル・ハリガネハンガー(2本)・ビニール袋(洗濯物入れ)
・長袖シャツ又はウィンドブレーカー・室内着(寝巻き兼用)・練習用Tシャツ(3枚ぐらい)
・空きペットボトル(10ぐらい)・塩分補給のキャンディーやタブレット
・保険証のコピー持参(受診料はMRSで立替えますが自己負担となります。スポーツ傷害保険適用)
・7月27日のお弁当(昼食: 使い捨て容器)・・・★手荷物としてバスに持ち込んでください。
・寝巻きは部屋着兼用が好ましい(ハーフパンツ・Tシャツ又はロングシャツ)
・お小遣い ①宿舎で使う小遣い(小銭)と ②財布は別々にして下さい
財布には必ず名前を記入し財布の中にも名前を書いた紙片を入れて下さい
(到着後、財布は指導者が預かり最終日の買い物直前に返却します)
・車酔い、アレルギーのある方は薬を持参してください。
7. 班編成 ・小学生の班=部屋割は縦割り(2年生~6年生混合)とします。
・バディシステムを採用します。(高学年と低学年がペア)
8. 注意事項
・合宿中に急な病気、ケガ、ホームシック等で継続が困難と判断した場合はホテル迄迎えをお願いします。
・持ち物には全て名前を記入して下さい。(ストッキング・タオル・洗濯物入れ袋・財布・空ペットボトル・帽子)
・ゲームやカードは持たせないで下さい。(無くなっても責任を負えません)
9. その他 ・合宿参加者には合宿修了書を授与します。
・ゴミの出る差し入れは原則御断りしますが、氷は大歓迎です。
・夏休み期間中は早寝早起きで規則正しい生活で体調管理に十分留意して下さい。
【お願い】・荷物の詰込みは、生徒自身でさせて下さい。(自分の荷物の把握をするため)
【お願い】・出発前に『公共のお風呂入り方』を生徒に教えて下さい。(脱衣場を濡らさない、衣服の管理)
・湯船に入る前に体を洗う。脱衣所に出る前に体をふく。お風呂では泳がない。等
10. 合宿中連絡先
高井(校長) 090-4709-0817 川崎 090-1889-0082(事務局) 080-3088-3217 金子(1,2年) 090-4063-4968
林 080-6723-8294 (3,4年) 谷田(5,6年) 090-4130-6440 中野(ラビッツ) 090-7209-4108
11. 菅平へ来られる方へ
菅平グラウンドマップは菅平高原観光協会のサイト (<http://sugadaira.com/>) にあります。
各学年の使用グラウンドの連絡はMRS連絡網マ・メールにて配信いたします。