

父母各位

秋の少年部道場合宿参加者募集について

日本空手道 拳成会



日ごろ拳成会空手道にご理解いただき、ありがとうございます。少年部の子供たち同士の親睦を深めるため、恒例の少年部道場合宿を下記の予定で行います。

参加ご協力をお願いします。

期日 平成28年10月15日(土)14:00～
10月16日(日)12:00まで

場所 総本部道場(川崎市高津区子母口 277 フォレスト 1F)

参加費 5000円/1名

各自タオルケット&毛布持参願います。

その他 食事は、10/15夕飯・10/16朝食

申込締め切り 平成28年10月11日(火)

切り取り線

参加申込書		
参加者名前	学年・年齢	所属道場
フリガナ.....	<input type="checkbox"/> : 幼児年少・中・長	<input type="checkbox"/> : 総本部
氏名.....	<input type="checkbox"/> : 小学.....年生	<input type="checkbox"/> : 尻手道場
	<input type="checkbox"/> : 中学.....年生	<input type="checkbox"/> : なごみ道場
	年齢.....才	<input type="checkbox"/> :

参加費 5000 円を添え申し込みいたします。

保護者氏名 _____ 印

TEL _____

緊急時連絡先 _____

参加者各位

☆道場合宿スケジュール及び持ち物☆

日本空手道 拳成会

参加者持ち物

道衣	サポータ類	運動靴
着替え	歯ブラシ	タオル銭湯用
タオル	タオルケット&毛布 (必要により枕)	
保険証のコピー	3DS (ゲームする人)	

スケジュール

10/15(土)

14:00 本部道場集合
14:30～16:00 基本・型
16:00～16:30 休憩
16:30～17:30 体力・ミット
17:30～18:30 銭湯タイム
18:30～19:30 夕食(カレー)
19:30～22:00 親睦タイム(遊び・ゲーム等)
22:00～5:00 睡眠

10/16(日)

5:30～6:00 起床・橘樹神社お参り
6:00～6:30 坂道ダッシュ競争
6:30～8:00 約束組手(受け・サバキ)
8:00～9:00 朝食・休憩
9:00～11:00 組手試合・表彰
11:00～12:00 反省・後片付け
12:00 道場解散

その他

参加者には、スポーツドリンク(500L)1本渡しますが、各自でも持参してください。