

名前

★★★★ 2014 夏合宿のしおり ★★★★★

日時

2014年(平成26年)8月4日～8月6日[月曜日～水曜日]

インドア集合、解散

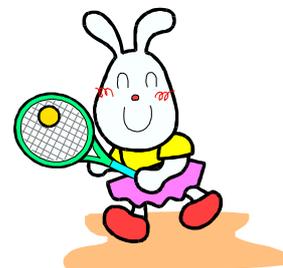
場所

高崎テニスクラブ海の家 (新潟県)

住所 : 新潟県三島郡出雲崎町大字井鼻626

電話番号 : 090-2142-5048 (合宿中のみの電話番号となります)

コート : ハードコート



スケジュール (あくまでも予定ですので天候により変更する場合があります)

4日(月曜日)	5日(火曜日)	6日(水曜日)
8:50 インドア集合	8:00 朝食	8:00 朝食
12:00 ～ 昼食	9:00 ～ 練習(午前の部)	10:00 ～ 練習(午前の部)
13:00 ～ 練習(午後の部)	12:00 ～ 昼食	13:00 ～ 昼食
17:00	13:00 ～ 練習(午後の部)	14:00 出発
18:30 夕食		17:00 インドア到着予定
19:30 ミーティング		
21:30 消灯	18:30 夕食	
	19:30 アクティビティ	
	21:30 消灯	

持ち物

- ・テニス用具一式
- ・着替え(多めに)、タオル
- ・おこづかい
- ・初日の昼食
- ・お風呂道具、洗面道具
- ・飲み物が入る容器(水筒など)

※練習中の飲み物に関しては、高崎テニスクラブから支給します。

スポーツドリンクを作る予定ですので、飲み物が入る容器(水筒など)を持ってきて下さい。

注意:お風呂は宿舎で入りません。近くの入浴施設を利用します。

初日は直接コートに練習に行くので、初日のお風呂道具・着替えを別に用意しておいて下さい。

練習が終わったら直接お風呂に行く為ご協力お願いします。

