

遠征合宿説明

■開催目的

チーム強化を図ると共に、親元を離れ身の回りの事を全て自分でいき、チームメイトとの共同生活を通していつもサポートしてくれる保護者への感謝や仲間への敬意が感じられる機会を提供し、自立した選手育成を目的とする。

■宿泊時の必須持物

1. 名前を記入した洗濯用ネット。
2. 旅行用洗濯物干し。(100円ショップ等で購入出来ます)
3. 水筒。(初日は中身を入れて来て下さい)
4. 通常の大会・練習試合と同じ持物
5. 体温計。(会員情報の備考欄に平熱の入力を忘れずにお願いします)

■必須確認事項

クラブホームページ内、『大会及び練習試合の注意・禁止事項』と『マイクロバス利用説明』を再度一読確認して下さい。尚、発熱・熱中症・重度の怪我等で医師の判断を有する場合は、現地まで保護者に迎えに来て頂きますのでご了承ください。

■禁止持ち物

1. ゲーム機器などサッカーに関係の無い物。尚、スマートフォンなど携帯電話の所持は許可しますが、利用マナーは事前指導をお願いします。
2. お菓子・ジュース

■事前報告

※コーチから事前確認は致しませんので、過去に報告していても毎回事前報告をお願いします。

1. 食品アレルギー
2. 薬品アレルギー
3. その他伝えておきたい持病など

■クラブ対応

1. 軽傷時の応急処置・熱中症対策。
2. 洗濯時の洗剤や洗濯機利用料金。
3. 水筒の補充用でミネラルウォーターもしくはスポーツドリンクと氷。

■参加の心得

多少浮かれてしまう気持ちは考慮しますが、開催目的を十分に理解し大会や試合に向けたコンディション調整・戦術確認・選手間コミュニケーション等に努める事。

■参考

1. 宿舎での服装は、ジャージや部屋着となります。
2. 夏場の暑い時期は、試合以外はユニフォームシャツを脱ぎ、クラブ練習着を着用しています。
3. スポーツドリンクの粉末タイプを宿泊数と気候に応じた数。
4. 大型バス等で移動する場合は、リュックやバックが座席と別の箇所に積まれるので、移動時に必要な物

は手荷物用と分けて下さい。

5. 夜尿症(オネシヨ)や夜驚症(夜泣き)など不安がある選手はコーチに事前相談して下さい。
6. 基本、つくばエクスプレス『六町』駅が集合と解散場所となります。帰りの到着予定時間など LINE で配信します。
7. 毎回ソックスなど紛失があります。クラブ名と選手名などを記入しておくことで戻ってくる可能性が若干高くなります。
8. 小学1・2年生の洗濯については、コーチがサポートします。

※開催目的の通り身の回りの事を選手で行います。事前に最低限の指導はお願い致します。