

2023年度 麻生ラグビースクール夏合宿の案内

日 程	7月14日（金）～7月17日（月）
宿泊場所	長野県上田市菅平高原 1223-2892 山光館 TEL：0268-74-2616 FAX：0268-74-3847
交通手段	貸切バス 往路トイレなし2台、復路トイレ付2＋トイレなし1台 神奈中バスの予定)
集合場所・時間	7月14日（金）午後4時45分 新百合ヶ丘駅北口川崎7-センター先のマスターアリーナ新百合ヶ丘前集合（ケーキ屋 Patisserie Etienne 本店手前）（雨天でも出発します） 集合場所付近の路上駐車は厳禁とし手前の有料駐車場などをご利用下さい。
持 物	大きめのバック（たとえばリュックサック）1個にまとめて下さい。 練習関係：ジャージ、パンツ、Tシャツ、ソックス、スパイク、運動靴、ヘッドギア 練習以外：下着6回分、パジャマ、自由時間用シャツ・ズボン4日分、洗面道具、コップ タオル、長袖トレーナー上下（夜は寒い）、大き目のビニール袋（洗濯物を入れる） ※練習のたびに風呂に入ります。着替えは1回分づつビニール袋に小分けしておくとう便利！ ※毎年、忘れ物がたくさん出ます。持物には 全て（パンツ・靴下・ビニール袋も）名前を書いて下さい。 持ち主不明の場合は処分させていただきます。水筒は不要（スクールで対応します） ※カメラ・ゲーム等の貴重品やおやつは持たせないこと。「お小遣い」も不要です。 ※往路14日の夕食はスクールで弁当を準備し、SAにて外で食事をします。 ※バスに酔う生徒は酔い止めの薬も持たせて下さい（事前にチーフコーチまでご連絡下さい）。 ※夏合宿のしおりを事前配布しますので、学年名前と夏合宿での目標を記入して持参すること。
申込方法	合宿申込書と健康保険証コピー及び食事のアレルギーのメモを6月11日（日）までに各学年チーフコーチに提出 ※（期限厳守）兄弟姉妹の場合は上の学年にてまとめて記入して提出下さい。
費 用	1家族2人目まで （3人目から） 生徒・家族・コーチ 3泊4日 1人 37,000円 （25,000円） 2泊3日 1人 26,000円 （17,000円） 1泊2日 1人 16,000円 （9,000円） ※ご両親を含むご家族の参加について、3人目からは（ ）書きの金額とします。 ※3歳以下の子供については無料としますが、食事はありませんので、ご対応下さい。 また食事等個別利用の料金は朝食：700円、昼食：1,200円、夕食：2,500円、宿泊：5,500円 バス：4,000円です。ただし17日（日）の夕食（バーベキュー）は3,000円とします。 ただし、昼食から参加で昼・夕・泊・朝・昼でも1泊2日分の16,000円の料金となります。 ※途中参加・途中帰宅の交通費は自己負担です。 費用振込先：横浜銀行 新百合ヶ丘支店 店番：830 普通：6181467 口座名：社）麻生ラグビースクール フリガナ：シャ）アサオラグビースクール 振込み期限： 6月30日（金）（期限厳守） 注意事項：通信欄に必ず『合宿費 □年 ○○ ○○（子供の名前）○泊□日』 または家族で参加の場合はその明細を記載すること。
帰着予定	7月17日（月）の帰着時間は、17日午後4時半～5時の間に学年別の連絡網で連絡します。 解散場所は集合場所と同じ 新百合ヶ丘駅北口川崎7-センター先のマスターアリーナ新百合ヶ丘前 （ケーキ屋 Patisserie Etienne 本店の手前） 子供たちはたいへん疲れていますので、必ずお迎えをお願いします。（新鮮なレタスのお土産有り） 集合場所付近の路上駐車は厳禁とし手前の有料駐車場などをご利用下さい。
注意事項	※出発時に発熱などがある場合、参加を見合わせてもらいますので、健康管理に気をつけてください。 ※合宿初参加で入校時に健康診断書を提出されていない生徒は申込書と一緒に提出してください。 健康診断を受診される方はチルドクターの栗木台かわぐちクリニック 044-980-1516 をお勧めします。 ※2年生以下の生徒を参加させる場合は、必ず保護者が同伴してください。 ※合宿説明会を5月21日（日）9:30～日大G3・4年生対象、6月4日（日）9:30～練習 場所で5・6年生対象に行いますので、3年～5年生及び合宿初参加の保護者の方は参加下さい。 ※部屋割は班単位とし、3年生から6年生を縦割りで6年生の班長と5年生の副班長も含めて、 朝・昼練習前の集合や昼食と夕食は班単位で行います。部屋での過ごし方や起床・就寝および整理 整頓なども班長を中心に上級生が手本となるようにしましょう。 前週の練習日に発表する予定です。子供たちが自分は何の班になるか判るようにします。 ※キャンセルは弁当などの発注の関係から7月7日15時までをお願いします。以降は実費精算

◎夏合宿スケジュール

7月14日（金）	16:45 17:00 19:00 19:30 21:45 22:00 22:30	新百合ヶ丘駅北口川崎アートセンター先のマスターアリーナ新百合ヶ丘前集合 菅平高原へ出発 途中のサービスエリア駐車場の外で（雨天は車中）夕食（弁当・飲み物配布） 再び菅平高原へ向けて出発（班割り確認）班割りは9日発表予定 山光館到着（注意事項などの伝達） 入浴 消灯（コーチ23時、24時見回り）
7月15日（土）	6:30 7:00 7:45 8:00 11:30 12:00 13:30 14:00 17:30 18:00 19:00 20:00 21:00	起床、身支度 6:45に裏の駐車場側に集合→点呼・体操 山光館で朝食 裏の駐車場側に集合→点呼後グラウンドへ徒歩移動 午前の練習開始 午前の練習終了、シャワー 浴槽には入らないで洗い場で洗う 昼食（食後の後片付けは部屋単位です） 12:30～昼寝 起床、身支度 13:45に裏の駐車場側に集合→点呼後グラウンドへ徒歩移動 午後の練習開始 午後の練習終了、入浴、 夕食 学年ごとミーティング コーチ・父母ミーティング（翌日の活動予定等確認） 消灯（コーチ22時、23時、24時見回り）
7月16日（日）	6:30 7:00 8:00 12:00 13:30 17:30 18:00 20:00 21:00	起床、身支度 6:45に裏の駐車場側に集合→点呼・体操 山光館で朝食 学年ごとにジャンボリー参加（バスで移動）またはグラウンドで午前の練習開始 昼食（弁当を試合会場又は山光館で食事） 学年ごとに入浴（浴槽に入らない） 学年ごとにジャンボリー参加（バスで移動）またはグラウンドで午後の練習開始 午後の練習終了、入浴 夕食 パーベキュー 19:00～グラウンドへ移動し花火大会 コーチ・父母ミーティング（翌日の活動予定等確認） 消灯（コーチ22時、23時見回り）4時、5時見回り
7月17日（月）	6:15 7:00 8:00 10:30 11:30 12:00 13:00 19:00	起床、身支度（荷物は大量に移動） 山光館で朝食 7:45に裏の駐車場側に集合→点呼後グラウンドへ 午前の練習開始 合宿打ち上げ（全学年打ち上げメニュー、菅平賞の発表、校歌斉唱） 入浴（浴槽には入らない）、帰宅準備 ※忘れ物のないように。 山光館で昼食 キャプテンの号令で山光館に挨拶 出発「サヨナラ菅平！ありがとう山光館！」 車中でお菓子・飲み物配布、おみやげの仕分け作業 前後 新百合ヶ丘駅北口川崎アートセンター先のマスターアリーナ新百合ヶ丘前 到着

注）１．スケジュールは天候、対外試合などの都合で変更することがあります。

２．集合・解散場所は新百合ヶ丘駅北口川崎アートセンター先のマスターアリーナ新百合ヶ丘前です。

バス発着場所付近は路上駐車は厳禁です。送迎は手前の有料駐車場などをご利用下さい。

**まだ菅平合宿に参加したことのないご家族の方は是非一度いらして応援・激励してして下さい。
感動があります。**

合宿参加申込書（3年以上及びコーチ用）

麻生ラグビースクール 御中

下記の通り夏合宿の参加を申し込みます。

2023年 月 日

保護者氏名 : 印

	学 年	氏 名	日 程	必要なバス・食事・宿泊に○か囲い線を付ける			
生徒・ コーチ			7月14日	バス		夕	宿泊
			7月15日	朝	昼	夕	宿泊
			7月16日	朝	昼	夕	宿泊
			7月17日	朝	昼	バス	
			7月14日	バス		夕	宿泊
			7月15日	朝	昼	夕	宿泊
			7月16日	朝	昼	夕	宿泊
			7月17日	朝	昼	バス	
家 族	(続柄)		7月14日	バス		夕	宿泊
			7月15日	朝	昼	夕	宿泊
			7月16日	朝	昼	夕	宿泊
			7月17日	朝	昼	バス	
			7月14日	バス		夕	宿泊
			7月15日	朝	昼	夕	宿泊
			7月16日	朝	昼	夕	宿泊
			7月17日	朝	昼	バス	
			7月14日	バス		夕	宿泊
			7月15日	朝	昼	夕	宿泊
			7月16日	朝	昼	夕	宿泊
			7月17日	朝	昼	バス	

- 注記 1. スクール生以外の兄弟姉妹については続柄の項に年齢又は学年を記入してください。
2. バスに乗車しない方は行き・帰りの交通手段と到着・出発予定を下記に記入してください。
- ____日の____時頃に____の車又は路線バスで到着予定です。(____、____、____)
- ____日の____時頃に____の車又は路線バスで出発予定です。(____、____、____)
3. 家族で参加するコーチは上の子供の学年チーフコーチに提出してください。

緊急連絡先 (必ず記入してください)

昼 電 話 : _____ 携帯電話 : _____

名 前 : _____ 続 柄 : _____

夜も同じ場合は「昼に同じ」と記入してください。

夜 電 話 : _____ 携帯電話 : _____

名 前 : _____ 続 柄 : _____

合 宿 参 加 申 込 書（2年～幼稚園）兄・姉が居ない場合

麻生ラグビースクール 御中

下記の通り夏合宿の参加を申し込みます。

2023年 月 日

保護者氏名： 印

	学 年	氏 名	日 程	必要な食事・宿泊・バスに○か囲い線を付ける			
生徒・コーチ			7月14日	バス		夕	宿泊
			7月15日	朝	昼	夕	宿泊
			7月16日	朝	昼	夕	宿泊
			7月17日	朝	昼	バス	
			7月14日	バス		夕	宿泊
			7月15日	朝	昼	夕	宿泊
			7月16日	朝	昼	夕	宿泊
			7月17日	朝	昼	バス	
家族	(続柄)		7月14日	バス		夕	宿泊
			7月15日	朝	昼	夕	宿泊
			7月16日	朝	昼	夕	宿泊
			7月17日	朝	昼	バス	
			7月14日	バス		夕	宿泊
			7月15日	朝	昼	夕	宿泊
			7月16日	朝	昼	夕	宿泊
			7月17日	朝	昼	バス	
			7月14日	バス		夕	宿泊
			7月15日	朝	昼	夕	宿泊
			7月16日	朝	昼	夕	宿泊
			7月17日	朝	昼	バス	

- 注記1. スクール生の兄弟姉妹と一緒に参加する場合は3年生以上の用紙に記入してください。
2. バスに乗車しない方は行き・帰りの交通手段と到着・出発予定を記入してください。
- ____日の____時頃に____の車又は路線バスで到着予定です。(____、____、____)
- ____日の____時頃に____の車又は路線バスで出発予定です。(____、____、____)
3. 山光館以外で宿泊・食事する場合は上記2と下記の部分のみ記入してください。
- 緊急連絡先 (必ず記入してください)

昼 電 話： 携帯電話：
名 前： 続 柄：

練習等には以下の予定で参加します。(尚、16日のバーベキューは2年以下無料とします)

・ ____日の____から____日の____まで(朝・昼・夕)参加します。

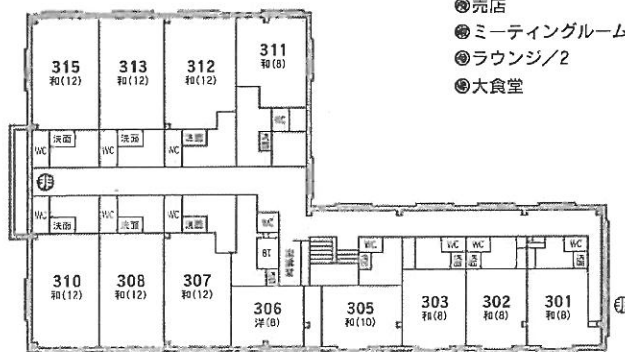
・ 16日夕食(バーベキュー)に参加 する しない 花火に参加 する しない

当館をご利用いただき、ありがとうございます
どうぞ、ごゆっくりとおくつろぎください

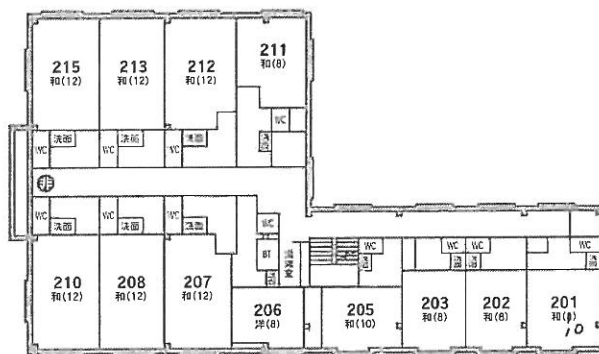
施設概要

- 収容200名
- 客室31(バス・トイレ付2室、トイレ付22室)
- 大広間(45畳、カラオケ有り)
- 男・女各大浴場(人口温泉、24時間入浴可)
- 売店
- ミーティングルーム
- ラウンジ/2
- 大食堂

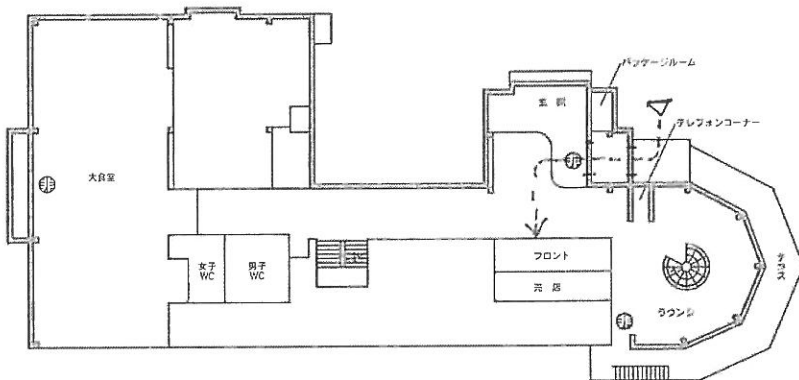
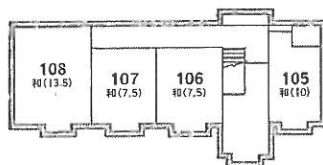
3F



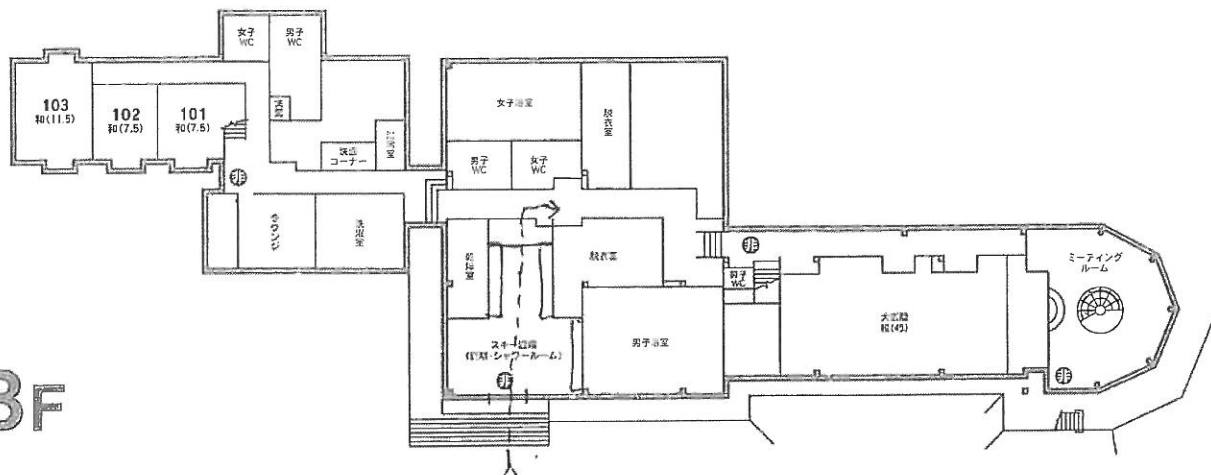
2F



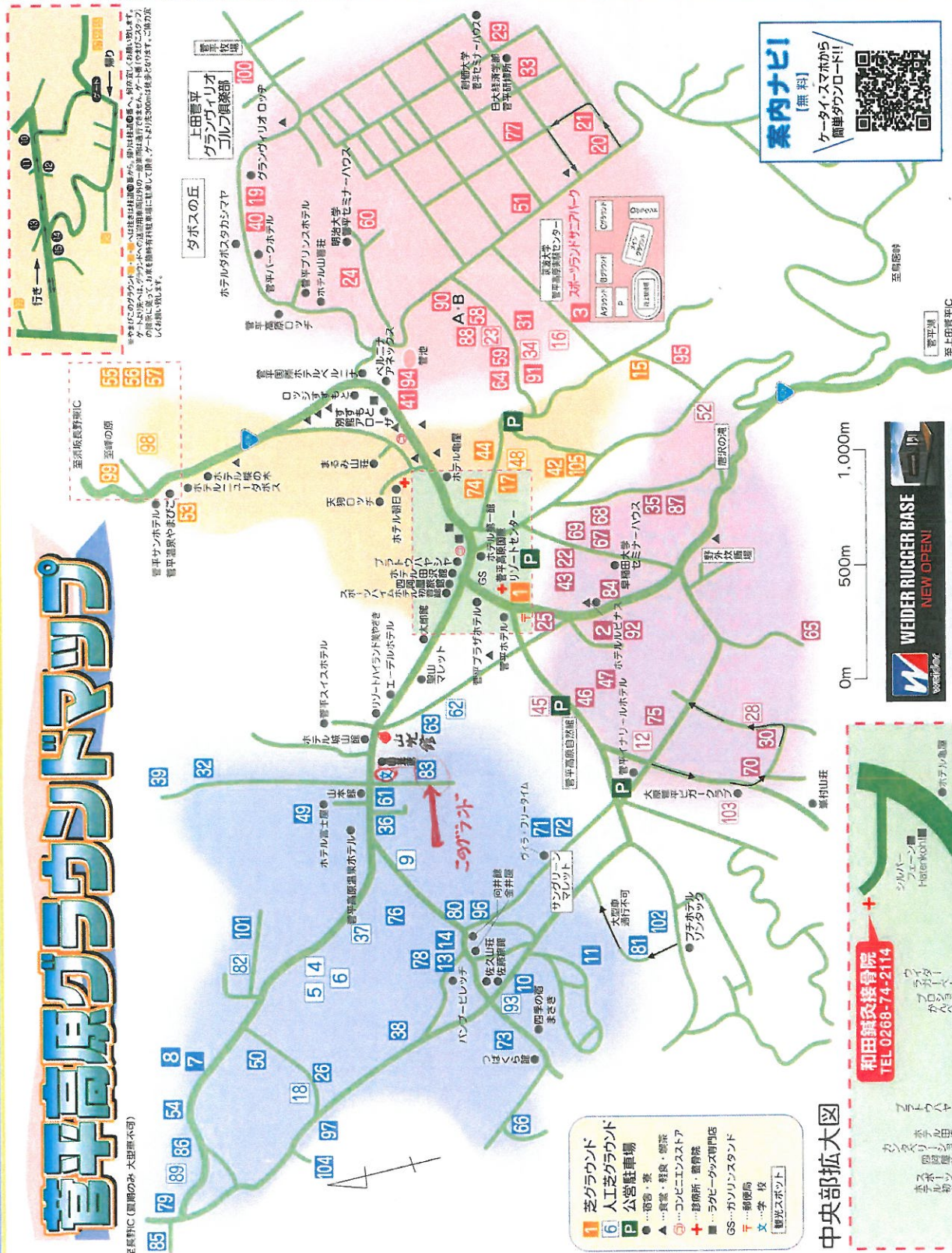
1F



Bf



會協光觀原高平習



止 禁 車 駐 上 路

宿泊に付いての相談は菅平高原旅館組合にご相談下さい。
TEL (0268)-74-2003 FAX (0268)-74-2353
ペンションで希望の方はペンション部ホームページ
<http://www.sugadaira.info/> を検索下さい。

<http://www.sugadaira.info/> を検索下さい。

麻生ラグビースクール 夏合宿のしおり

2023年7月14日(金)～17日(月)
集合時間・場所：16時45分 新百合ヶ丘駅北口マスターアリーナ新百合ヶ丘前
解散時間・場所：19時00分頃 新百合ヶ丘駅北口マスターアリーナ新百合ヶ丘前

夏合宿での目標（しおりを紛失した場合のため、控えをコピーして下さい）

夏合宿でできたこと、できなかったこと

夏合宿の感想

学年： 年生 名前： _____

夏合宿のスケジュール

7月14日(金)	16:45 17:00 19:00 19:30 21:45 22:00	新百合ヶ丘駅北口マスターアリーナ新百合ヶ丘前集合 菅平高原へ出発 途中サービスイリア駐車場の車中にて夕食弁当 再び菅平高原へ向けて出発 山光館到着（部屋割り、注意事項など伝達） 入浴 22:40消灯
7月15日(土)	6:30 7:00 8:00 11:30 12:00 13:30 14:00 17:30 18:00 19:00 20:00	起床、身支度、6:45駐車場裏集合・体操 山光館で朝食、7:45集合点呼後、グラウンドへ移動 朝の練習開始 練習終了、宿舎にもどってシャワーのみ 昼食（食後の後片付けは部屋単位でする）、昼寝 起床、身支度、13:45集合、グラウンドへ移動 午後の練習開始 午後の練習終了、山光館で入浴 夕食 学年ごとミーティング コーチ・父母のミーティング 21:00消灯
7月16日(日)	6:15 7:00 8:00 12:00 17:30 18:00 19:30 20:00	起床、身支度、6:45駐車場裏集合・体操 山光館で朝食、7:45集合点呼後、グラウンドへ移動 学年別にジャンボリーまたは朝の練習開始 昼食は試合会場または山光館で 練習終了、山光館で入浴 夕食バーベキューと花火鑑賞 学年ごとミーティング コーチ・父母のミーティング 21:00消灯
7月17日(月)	6:00 7:00 8:00 10:30 11:30 13:00 19:00	起床、身支度して荷物は大広間へ、6:45集合 山光館で朝食 7:45集合点呼後、グラウンドへ移動 午前の練習開始 グラウンドで合宿打ち上げ（ランパス・菅平賞授与） 入浴、昼食、帰宅準備 出発「サヨナラ菅平！ありがとう山光館！」 前後 新百合ヶ丘駅北口マスターアリーナ新百合ヶ丘手前

