

平成30年度 東京学館新潟高等学校テニス部夏季合宿（ご案内）

夏季合宿の概要がまとまりましたのでお知らせいたします。今年度も平澤潤コーチ（ヨネックス契約）、横山一男コーチ（ヨネックス契約）、重細亜大学テニス部の皆さんにご協力をいただき、下記の日程で夏季合宿を開催いたします。

ジュニア選手の皆さんのご参加をお待ちしております。参加希望がありましたら別紙に必要事項を記入の上、メールにてお申し込みください。

- 1 期 日 8月14日（月）～8月18日（金）
8月14日（月） 6：30 東京学館新潟高校出発
8月18日（金） 15：00 合宿終了
16：30 スキー亭フォレスト 出発
18：30 東京学館新潟高校帰着予定
- 2 日 課 6：00 起床
6：30 朝食
7：40 アップ開始
8：00 練習開始 *8月14日（月）は9時より練習開始
11：00 昼食・休憩
12：30 練習開始
14：30 間食・休憩
15：00 練習開始
17：00 練習終了・トレーニング開始
17：45 トレーニング終了
19：00 夕食・入浴
*20：00～22：30 学習時間
23：00 消灯
- 3 会 場 南魚沼市大原運動公園テニスコート
南魚沼市万条新田417番地 Tel 025（783）3533
- 4 宿 舎 スキー亭フォレスト
南魚沼市姥島新田586番地 Tel 025（783）2526
- 5 費 用 (1)宿泊費 6,300円×宿泊日数（1泊3食）
(2)参加費 3,000円×参加日数（コーチ代・コート代・飲料水代）
- 5 申込み 別紙申込用紙に記入の上、7月27日（金）までにメールにてお申し込みください。

送付先：tennis3316niigata@gmail.com
- 6 携行品 (1)日用品・常備薬等・バスタオル・歯ブラシ等
(2)夏休みの課題（教科書・辞書・テキスト・筆記用具等）
(3)張り替え用ガット
(4)保険証のコピー
- 7 その他 (1)合宿参加初日の昼食は、各自で準備してください。
(2)飲料水を入れる水筒（ジャグポット）を持参してください。
(3)合宿中における疾病、傷害などの応急措置は行いますが、その後の責任は負いません。必ず個人で傷害保険等に参加してください。
- 8 連絡先 合宿に関する質問・緊急連絡先：小川高幸
学校 025（283）8857
携帯 090（2242）3316
Mail tennis3316niigata@gmail.com