

2018

N. B. B 合宿要項

7月31日～8月6日

場所；苗場ビレッジ

〒949-6212 新潟県南魚沼郡湯沢町三国 169-1

Tel:0257893212

指導してくださるコーチの方

大熊先生 前山先生 友枝先生 千葉先生

8月1～5日 Tp. 河原先生

8月1～2日 Hr. 小林先生 8月2～4日 Per. 秋田先生

引率 伊藤先生 菊山先生 藤井先生 溝下先生

年 組 パート 名前

時間	7月31日 予定	時間	8月1日～8月5日 予定	時間	8月6日 予定
		6:00	起床	6:00	起床
		6:15	集合 (walking・体操)	6:15	集合 (walking・体操)
7:00	集合 (売店) 荷物積み込み 中三以上	7:00	勉強	7:00	部屋の片付け清掃 (荷物は食堂に持 っていく)
7:30 8:30	中1、中2集合	8:00	朝食・休憩	8:00	朝食・休憩
	準備出来次第	8:45	練習	8:00	朝食・休憩
9:00	出発	12:00	昼食・自由	9:00	練習
	1号車	13:30	練習	8:30	練習
	中1、中2、高2			10:45	発表
	2号車			11:00	荷物積み込み
	中3、高1、高2	17:30	夕食・休憩	12:00	昼食
12:30	到着(予定) 荷下ろし 練習場作り	18:30	練習	13:00	出発
	昼食			18:00	到着 荷下ろし 中1、中2は解散
	練習				
17:30	夕食・休憩	21:00	ミーティング 自由、勉強 入浴		
		23:00	消灯		
18:30	練習				
21:00	ミーティング 自由・入浴 勉強				解散 (終わり次第)
23:00	消灯				

○パートリーダーは翌日の予定をタイムスケジュールにしてパートの人に伝える。

○様子を見て予定が変わるので注意！

○分からないことがあれば顧問の先生や先輩の所まで行くこと。

○勉強の時間は必ず勉強をしましょう課題などを持ってきてください。

○注意事項○

- 1、 日程表の時間を守り、5分前行動を心がける。
- 2、 身体を壊さないように自己管理をしっかりする。
- 3、 他人の体調を崩すようなことはしない。
- 4、 身体の調子が悪くなったら無理せず、班長に申し出る。
- 5、 虫刺されなどの薬が必要な時は先生に申し出る。
- 6、 外出に関しては顧問の同伴の時間を設けるので、その時間内に済ませる。
- 7、 入浴は時間内に、私用は自由時間内に済ませる。
- 8、 自由時間内は騒ぎすぎない。
- 9、 宿泊所の器具は大切に扱う。
- 10、 宿泊所の人に迷惑をかけない。
- 11、 ご飯は残さず、たくさん食べる。
- 12、 必ず消灯時間に寝る。
- 13、 部屋のドアはゆっくり開け閉めする。
- 14、 就寝後や起床前は足音に気を付ける
- 15、 合奏中などはメモを必ず取る

○持ち物○

- 第一日目の弁当 ・ 私服 ・ 下着 ・ 靴下 ・ 運動靴 ・ サングラス
- タオル ・ バスタオル ・ 洗濯バサミ ・ 雑巾 ・ 常備薬 ・ 洗面道具
- 酔い止め ・ 筆記用具 ・ お金（あまり多くなく）

目覚まし時計・洗濯ロープ・ペープ・・・各班でひとつ話し合って何を持ってくるか決める

※ 持ち物には名前を書く。

※ 第一日目の昼食はバスに持ち込むゴミを捨てられるものを

※ 7月31日は必ず!!!制服で登校する。

※ お金・持ち物に関しては、自分で責任を持てる範囲で持ってくる。