

2016冬 帯広合宿のご案内

ジュニア選手ならびに保護者各位

2015年12月吉日
きたひろテニスポタ

日頃より、きたひろテニスポタの運営にご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。さて例年の恒例となりました冬期合宿を下記の要領で開催いたします。現地では道東ブロック地区のジュニア選手との交流練習や交流マッチも予定しておりますので、育成クラスの選手は参加してください。ほかのクラブやスクール、部活に所属している選手の参加も大歓迎ですので知り合いの人たちもぜひお誘いくださいませ。

また、旭川で行われる「北北海道インドア」に出場の選手用にフローリングコートでの調整練習もありますから、試合直前にフローリングコートに慣れることが出来ます。旭川へ移動する選手のスケジュールはドローが発表になってから再調整します。前年は帯広駅から旭川駅まで都市間高速バスで移動しました。

合宿の持ち物はいつも大きな荷物になりがちです。普段通りの快適な生活や練習環境を求めるのではなく、不便さや不自由さを経験するのも合宿や遠征の大切な要素だと考えてください。”何か起きたときに困らないよう”に準備することから初めて、その次には”なくても我慢できるもの”を持ち物から省くという2段階の荷造りをしてほしいと思います。

《合宿詳細》

【日程】

2016年1月3日（日）～5日（火）

【場所】

第1会場 明治北海道十勝オーバル（室内ハードコート2面）

第2会場 帯広の森体育館（フローリング1面）

〒080-0856

帯広市南町南7線56番地7（帯広の森運動公園内）

0155-49-4000（明治十勝オーバル）

0155-48-8912（帯広の森体育館）

【宿泊】

帯広の森研修センター

〒080-0856

帯広市南町南7線56番地7（帯広の森運動公園内）

0155-48-8048

【集合・解散】

《往路》1月3日（日） 北海道中央バス札幌ターミナル 8:00発
大谷地バスターミナル 8:28発
西帯広バス停 11:32着
帯広の森研修センター 12:00着

《復路》1月5日（火） 帯広の森研修センター 13:45発
西帯広バス停 14:18分発
大谷地バスターミナル 17:22着
札幌駅バスターミナル 17:55着

【費用】

45,000円（合宿費40,000円+消費税3,200円+予備費1,800円）

*合宿費にはコート代、コーチ引率経費、ボール代、体力測定費、札幌帯広間往復バス、宿泊費、食費、保険料などを含みます。

*バス代や宿泊代など、学校区分によって料金が違うため合宿終了後に差額調整をさせていただきますのでご了承ください。

【引率コーチ】

長谷川洋一郎（日本体育協会公認コーチ）

高橋幸（日本体育協会公認アスレチックトレーナー）

長谷川大輔（きたひろテニスポタ）

【持ち物】

ラケット、シューズ（ハードコート用）、テニスウェア、練習ノート、勉強道具、目覚まし時計、部屋着、洗面道具、バスタオル、洗顔タオル、保険証のコピー、常備薬、補食（おやつ）、飲み物、現金（コーチがお預かりすることも可能です）…など。

【携帯電話の取り扱いについて】

合宿の期間中の消灯時間から起床時間までの間は、子どもたちの携帯電話をコーチが一時的に預らせていただきます。十分な休養や睡眠を取ってもらうための措置であることをご理解ください。緊急の連絡などはコーチの携帯電話へお願いします。

*緊急連絡先：080-3295-1530（長谷川洋一郎）

【申し込み方法と締め切り】

参加希望者は12月24日（木）までに参加申込書をコーチへお渡しいただくか、メールなどでご連絡ください。

締め切りを過ぎてからも参加は可能ですが、往復の高速バスの予約調整が難しいと思われるのでご了承ください。

参加費は12月28日（月）までにフロントへお支払いをお願いします。

2016帯広合宿参加申込書

参加者氏名： _____ 保護者氏名： _____

生年月日（西暦）： _____ 学年： _____ 所属スクール： _____

住所： _____ 緊急連絡先（携帯）： _____

メールアドレス： _____

領収書： 要 / 不要 _____ 北北海道インドアへの移動： あり / なし _____

アレルギー： なし / あり （*ある場合は具体的にご記入ください） _____

その他： _____