

# 玄海ジュニアラグビークラブ 小学生 春合宿2018

【練習場】玄海グラウンド

【宿泊】県立少年自然の家「玄海の家」

## スケジュール

4月7日(土)	4月8日(日)
8:30 玄海G集合	6:00 起床(洗面・部屋の片付け)
9:00 午前の学年別練習開始	6:30 班担当コーチは片付けチェック
9:30	7:20 朝の集い
10:00	7:40 朝食・清掃・退所準備
10:30	8:00
11:00 午前の学年別練習終了	8:30 退所点検(班担当コーチは立会い)
11:30 弁当昼食(全学年・コーチ)	9:00 退所式後玄海Gへ移動(徒歩)
12:00	9:30 午前の学年別練習開始
12:30 午後の学年別練習開始(各学年で判断して)	10:00
13:00	10:30
13:30	11:00
14:00 午後の学年別練習終了(時間厳守!)	11:30 午前の学年別練習終了 ※1~3年解散
14:30 自然の家へ学年毎に移動(徒歩)	12:00 弁当昼食(4~6年・コーチ)
15:00	12:30
15:30 (部屋割・班長発表・役割指導)→入所式	13:00 午後の学年別練習開始
16:00	13:30
16:30 代表者会議	14:00
17:10 タベのつどい	14:30 練習終了、片づけ
17:30 夕食(予定)(食事指導・低学年ケア)	15:00 ※全員解散
18:00 自由時間	
18:50 体育館で練習	
入浴	
20:30	
21:00 消灯 (コーチ会議スタート)	
21:30	
22:00 コーチの風呂は11時までOK	
24:00 白熱のコーチ会議終了	

### 緊急連絡先

玄海の家 0940-62-2511

事務局 内田:090-5083-3235

橘:090-5942-6204