

## 2024年 極真連合会 静岡支部 夏合宿

今年も恒例の夏合宿の季節がやってまいります！

集団生活の中、厳しく楽しく、肉体的にも精神的にも成長出来るのが合宿です。

2日間の短い日程ですが、中身の濃い、充実した合宿になるように致します。

初日は基本と型を中心に、2日目は型団体戦とスパーリングを行う予定です。

合宿地はオクシズです。少し遠くて申し訳ありません。

空気の良い自然環境に恵まれた場所で正拳突き！うりゃ～！

日 付：7/27（土） ～ 7/28（日）

稽古及び宿泊：井川自然の家（静岡市葵区井川3055-1）、TEL 054-260-2761

※7/27（土）13：00現地集合、7/28（日）13：00現地解散。

費 用：10,000円

※宿泊のみ。体調が悪くなった場合、お迎えにきていただくことがあります。

※小学2年生以上対象と致します。

※参加者全員に記念Tシャツをプレゼント致します。

※キャンセルは返金されないことがあります。

持ち物：空手着、サポーター、着替え、バスタオル、歯ブラシ、水筒（お茶）、  
ペットボトル（2～3本）、おやつ、こづかい（ジュース代程度）、健康保険証の写し

7月27日（土）	7月28日（日）
13：00 早めの昼食を済ませて現地集合	06：30 起床、ウォーキング
13：15 体育館にて稽古開始	07：30 朝食
16：30 稽古終了、記念撮影	08：45 体育館へ移動、稽古開始
17：00 部屋割り	11：30 稽古終了、記念撮影
17：30 夕食	12：00 着替え、昼食
19：00 キャンプファイヤー、入浴	13：00 現地解散
22：00 就寝	車で送迎の際は昼間でも点灯し安全運転で！

長澤一成（090-4445-9000）、芹澤龍司（090-6465-4974）

----- キリトリ -----

### 合宿参加申込書

<5/31（金）までに参加料を添えて提出>

氏名・フリガナ：

学年・年齢：

健康状態：

緊急連絡先：

記念Tシャツサイズ（以下に○）

130 140 S M L XL

合計金額 \_\_\_\_\_