

有度 FC 夏季合宿持ち物チェックシート

※持ち物全てに必ず氏名を明記してください

※初日 3 日(水)は練習になりますので、通常の練習着で構いません。

(TR 終了後にバスにて移動するので着替えをすぐ出せるように準備してください。)

チェック

小さなバック(グラウンド用)

- サッカー用具一式 (ボール、すね当て等)
- ユニフォーム・パンツ・ソックス (2 セット)
- サッカーシューズ・トレーニングシューズ
- 水筒 (大きめの水筒をお勧めします)
- 8/3 昼食 (捨てられる容器でお願いします)
- 着替え(各活動終了後、宿舎に向かうバスに乗る前に着替えます)
- 参加費、保険証・受給者証原本(集合時スタッフに提出)

※保険証が家族全員記載の場合はコピーで可

大きなバック(宿舎用)

- 筆記用具
 - 合宿サッカーシート ※合宿の目標と 2 日前から事前に体重・体温をチェックし記入してください。
 - ノート(任意) ※mtg 時にコーチが言ったことなどをメモしたい人は各自用意してください。
 - 洗濯ネット
 - 洗面用具 (歯みがきセット等)
 - 寝るときの服 (パジャマ等)
 - 部屋着 (パジャマと兼用でも構いません)
 - パンツ
 - 帰宅するときの着替え
 - バスタオル
 - 小タオル (数枚)
 - ハンガー
 - 洗濯バサミ (数個)
- ※ユニフォームをハンガー、ソックス・パンツを干す小さめの洗濯ピンチ等でも構いません。
- 雨具
 - 常備薬・酔い止め等 (任意) →スタッフへ伝達

※お菓子・ジュース・ゲーム機等は持ち込み禁止です。

※荷物はお父さん・お母さんに手伝ってもらいながら自分で準備しましょう。

※ユニフォーム・サッカーパンツ・ソックスしか洗濯しません。その他の着替え等は必要と思う数を用意してください。