

父母各位

## 春の少年部道場合宿参加者募集について

日本空手道 拳成会



日ごろ拳成会空手道にご理解いただき、ありがとうございます。少年部の子供たち同士の親睦を深めるため、恒例の少年部道場合宿を下記の予定で行います。

参加ご協力をお願いします。

期日 平成28年4月23日(土)14:00～

4月24日(日)12:00まで

場所 総本部道場(川崎市高津区子母口277フォレスト1F)

参加費 5000円/1名

各自タオルケット&毛布持参願います。

その他 食事は、4/23夕飯・4/24朝食

申込締め切り 平成28年4月19日(火)

-----  
切り取り線

| 参加申込書 |                                      |                                  |
|-------|--------------------------------------|----------------------------------|
| 参加者名前 | 学年・年齢                                | 所属道場                             |
| フリガナ  | <input type="checkbox"/> : 幼児年少・中・長  | <input type="checkbox"/> : 総本部   |
|       | <input type="checkbox"/> : 小学.....年生 | <input type="checkbox"/> : 尻手道場  |
|       | <input type="checkbox"/> : 中学.....年生 | <input type="checkbox"/> : なごみ道場 |
| 氏名    | 年齢.....才                             | <input type="checkbox"/> :       |

参加費 5000円を添え申し込みいたします。

保護者氏名

印

TEL

緊急時連絡先

参加者各位

## ☆道場合宿スケジュール及び持ち物☆

日本空手道 拳成会

### 参加者持ち物

|         |                    |        |
|---------|--------------------|--------|
| 道衣      | サポータ類              | 運動靴    |
| 着替え     | 歯ブラシ               | タオル銭湯用 |
| タオル     | タオルケット&毛布 (必要により枕) |        |
| 保険証のコピー | 3DS (ゲームする人)       |        |

### スケジュール

4/23(土)

14:00 本部道場集合  
14:30～16:00 基本・型  
16:00～16:30 休憩  
16:30～17:30 体力・ミット  
17:30～18:30 銭湯タイム  
18:30～19:30 夕食(カレー)  
19:30～22:00 親睦タイム(遊び・ゲーム等)  
22:00～5:00 睡眠

4/24(日)

5:30～6:00 起床・橘樹神社お参り  
6:00～6:30 坂道ダッシュ競争  
6:30～8:00 約束組手(受け・サバキ)  
8:00～9:00 朝食・休憩  
9:00～11:00 組手試合・表彰  
11:00～12:00 反省・後片付け  
12:00 道場解散

### その他

参加者には、スポーツドリンク(500L)1本渡しますが、各自でも持参してください。