

2014 年度東大合宿要項

- 日程** 2015 年 1 月 17～18 日
- テレイン** 17 日：矢板日新（プランナー：真保さん）
18 日：矢板塩田（プランナー：細淵さん）
- 宿泊** 星ふる学校「くまの木」
住所：〒329-2213 栃木県塩谷郡塩谷町熊ノ木 802
TEL：0287-45-0061
<http://www.shioya-kumanoki.com/>
- 参加費** 全参加 9000 円
(ただし、OLK の OB さんは 5500 円)
一日のみ 2500 円
* レンタ代、ガソリン代などは後日金額が分かり次第徴収します。(OLK の人)
- 持ち物**
- ・ チェック付の地図ビニ（できれば複数枚持ってきてください。）
 - ・ オリエンテーリングをするための用意（E カードも使用します。）
 - ・ 洗面/風呂用具
 - ・ たこ足
 - ・ 1 日目の昼食（2 日目の昼食を買う時間はあります）
 - ・ 補助食や水（練習時間が長いので）
 - ・ 参加費
 - ・ 防寒具（めっちゃくちゃ寒いです）
 - ・ 気合

スケジュール

【1 日目】

- 6:30 日産レンタカー高田馬場店集合（OLK の人）
- 10:00 矢板中央高校サッカーグラウンドの駐車場到着（昨年度春インカレの会場のそば）
* 東北大 OLC の方はこの時間を目安に来てください。
* この拠点にはトイレがありません。（サッカーがやっていたらお願いできるかもしれませんが）とくに女子については、途中のコンビニなどで着替えを済ませてから来るようにしてください。

- 11:00 設置後、練習開始（昼食は各自、練習の合間に）
*1日のみの参加の方は、練習開始前に参加費を受け取ります。
- 15:30 撤収開始
- 17:00 宿到着 *途中、コンビニやスーパーで翌日の昼食を買ってください。
 宿に着き次第、風呂へ
- 18:30 夕食
- 20:00 夜メニュー@食堂 *ここで参加費を徴収します。
- ～22:00 *全体でやるのはレースの反省のみで、その後はクラブごとに分かれてインカレ対策など。

【2日目】

- 7:30 朝食
- 8:30 宿出発
- 9:00 塩田公民館到着（車は、運営以外は矢板運動公園に停める）
- 10:00 設置後、練習開始
- 15:00 撤収開始
- 16:30 解散

注意事項

- ・寒いのでアップ・ダウンは必ず行ってください。怪我には注意。
- ・ゴール閉鎖時刻になったら、すぐにレースをやめて拠点もしくは近くのポストに移動して下さい。
- ・寒いので、防寒具を忘れずに。

連絡先（福井）

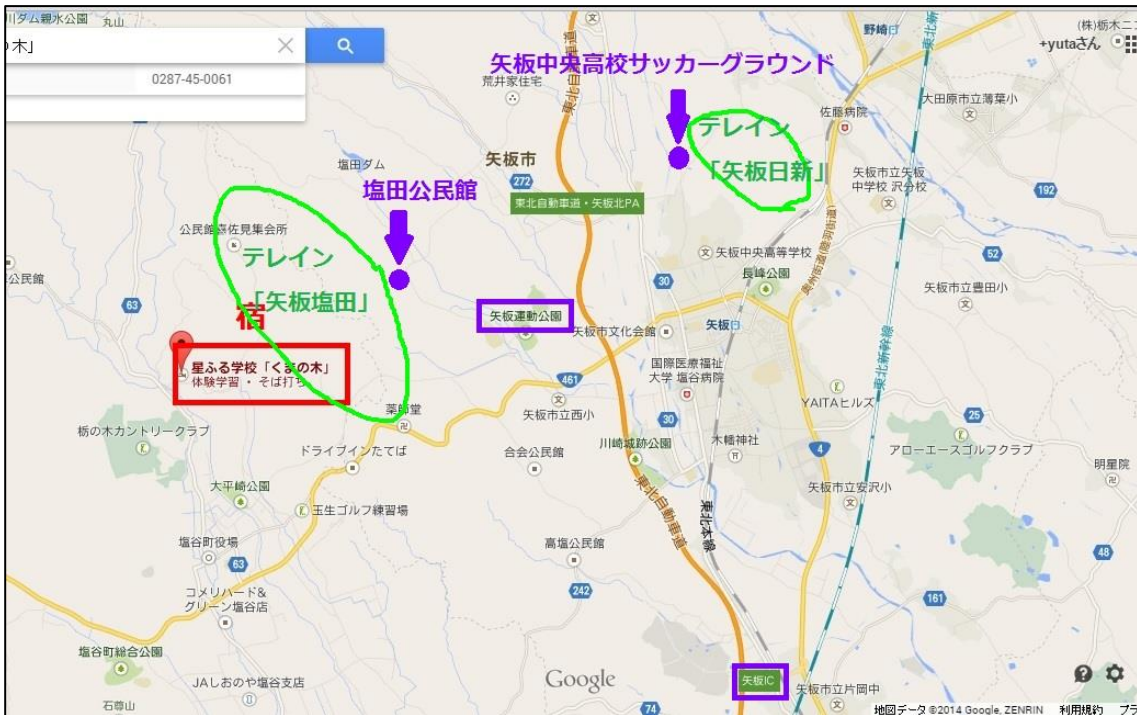
電話：090-4469-5412

メール：saw_button0310@ezweb.ne.jp

部屋割り

和室①(14人)	栗本 開 瀬川 出 橋本正毅 堀江優貴	橋本 知明 竹内 元哉 橋本航汰 富田涼介	前中 脩人 平山 遼太 赤井章吾	田中 大貴 三科 圭史 小林隆嗣
和室②(14人)	衣川 浩輔 祐谷 大輝 井倉 幹大 糸 潤哉	大久保 宗典 佐藤雄太郎 猪俣 祐貴 斉田 圭吾	泰井 宙輝 藤橋涼 木島 佑輔	森 泰二郎 宮西優太郎 加藤 岬
洋室①(8人)	田森 宥好 尾崎弘和	長友 悠 深田 恒	西本昌史 福井 悠太	杉村俊輔 大井 真
洋室②(8人)	三谷 洋介 山本 淳史	細淵 晃平 平木 達也	石野 夏幹 糸賀 翔大	真保 陽一 小島 拓也
洋室③(7人)	稲毛 日菜子 松島 彩夏	田村 美香 菊池健美	宮川 早穂 齋藤菜津美	梶原 裕希

矢板周辺地図及び各施設の住所



- ・ 塩田公民館 矢板市塩田 467-2
- ・ 矢板中央高校サッカーグラウンド 矢板市東泉 928
- ・ 矢板運動公園 矢板市幸岡 1955