

東海学生陸上競技連盟 競歩夏季トレーニング合宿

日 程：平成 31 年 8 月 5 日（月）～10 日（金） 5 泊 6 日

宿 舎：濁河温泉高原スポーツレクリエーションセンター

〒509-3111

岐阜県下呂市小坂町落合 2376-1 TEL: 0576-62-3088 FAX: 0576-62-3098

引率指導：内田智子（至学館大学）

費 用：44,000 円（宿泊費・食費・施設使用料込み）

備 考：朝練習前の補食は各自で用意する

体育館シューズを持参すること

保険証の写しを持参すること

	初日	2 日目～5 日目	6 日目
A M		6:00 朝練習 30 分 jog 7:00 朝食 10:00 午前練習	6:00 朝練習 7:00 朝食 10:00 午前練習
P M	12:30 集合：木曽福島駅 16:00 午後練習 18:30 夕食 19:30 入浴 20:30 ミーティング 22:00 就寝	12:00 昼食 16:00 午後練習 18:30 夕食 19:30 入浴 20:30 ミーティング 22:00 就寝	12:00 昼食 14:00 解散：木曽福島駅

※日程は当日の天候や練習状況によって変更があります。

<問い合わせ・申込>

〒474-8651 愛知県大府市横根町名高山 55 至学館大学陸上競技部 内田智子

Tel 0562-46-1292 (内線 566) • Fax 0562-44-1313

携帯電話 090-1415-9006 (※当日の緊急時の連絡先)

E-mail tuchida@sgk.ac.jp

上記 E-mail に、参加期間・氏名・年齢・所属・性別・所属先住所電話 FAX (e メールアドレスあれば記入) を明記の上、6 月 29 日（金）までに送信して下さい。