



夏に鍛える 極真空手 夏合宿

初夏の候、ますますご盛栄のこととお喜び申し上げます。
今後の目標達成のためにも、この夏合宿でレベルアップを目指しましょう。

日 程 令和元年8月10日(土)～8月11日(日)

宿泊場所 吹上砂丘荘(Tel.099-296-2330)

稽古場所 日置市立花田小学校 体育館(日置市吹上町田尻239 Tel.099-296-2149)

集合時間 8月10日(土) 午後1時

※花田小学校体育館に集合してください。(中高生・送迎有)

終了時間 8月11日(日) 午後12時(稽古終了後 現地解散)

参加費用 10,500円 ※一泊二食

※緑帯以上で審査を受ける方は夏合宿に参加することが条件となります。

申込締切 7月29日(月)

※申込書に費用を添えて責任者に提出して下さい。(当日のキャンセルは全額負担となります。)

〈準備道具〉空手衣・サポーター・着替え・運動靴・帽子・ランニングパンツ・タオル

洗面具・保険証(コピー)

◎初日の稽古中の飲物は各自で準備をお願いします。

《合宿日程》

8月10日(土)	
13:30～16:30	基本・型(初級・中級・上級) 約束組手・スパーリング ※初級・中級・上級・壮年・女子 中学・高校に分かれて稽古します。
16:30～17:30	入浴
17:30～19:00	夕食&親睦会
19:30～21:00	腕相撲大会・演芸大会
22:00	就寝
8月11日(日)	
6:20	起床
7:00～7:30	朝食
8:15～11:00	※初級・中級・上級・壮年・女子 中学・高校に分かれて稽古します。
12:00	終了式(砂丘荘)
12:10	解散

交通の御案内



【緊急連絡先】080-6452-1370

県本部 TEL099-266-3621

FAX099-266-1173

キトリ

一般夏合宿 申込書

所属道場	フリガナ _____ 氏名 _____	年齢or学年	段級
住所	Tel 携帯番号 _____		
◎コースを選んでください ①型コース ②組手コース ③両方		コース番号	受領
送迎バスを利用される方は○を付けて下さい。		<行き> 利用する 利用しない	
		<帰り> 利用する 利用しない	
病名・使用薬名(持病のある場合は記入して下さい)			