

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。今後の目標の為にも、この合宿でレベルアップを目指しましょう。

日程 令和6年8月3日(土)・4日(日)

宿泊場所 ゆすいん (〒899-2442 日置市伊集院町野田1557番地/TEL: 099-272-0105)

稽古場所 土曜日: 伊集院武道館(日置市伊集院町下谷口1786番地/TEL:099-273-1033)

日曜日: 日置市B&G東市来海洋センター(日置市東市来町湯田3465番地1/TEL:099-274-2401)

集合時間 8月3日(土)午後1時

※伊集院武道館に集合してください。

終了時間 8月4日(日)12時半(稽古終了後 現地解散)

送迎バス バス時刻表と停留所は後日配布

申込締切 7月19日(金)

[道具準備] 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)

【合宿日程】

8月3日(土)		8月4日(日)	
13:30~16:30	伊集院武道館にて稽古	6:30	起床後、マラソン
16:30~17:30	入浴	7:00~7:30	朝食
17:30~19:00	夕食&親睦会	9:30~12:00	B&G東市来海洋センターにて稽古
19:30~21:00	演芸大会・腕相撲大会	12:30	終了式後、解散
22:00	就寝		

※初級・中級・上級・壮年・女子・中学生・高校生に分かれて稽古します。

※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。

※全日本大会に出場する場合は、参加必須となります。

※各フロアにコインランドリーあり。

【緊急連絡先】080-6452-1370

県本部 TEL 099-266-3621

FAX 099-266-1173

キリトリ

一般夏合宿 申込書

所属道場	フリカナ ..... 氏名	年齢・学年 歳	段級
住所	TEL		
稽古のコースを選んで下さい ① 組手コース ② 型コース ③ 両方			
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                      〈帰り〉 利用する		コース番号	受領