

夏合宿 (2017/9/9~11)

場所 三原市 さぎしま青年の家 サギ・セミナー・センター

参加費 (交通費は別途、電車、船)

ランナーズは 3500 円

ランバは 2000 円

参加者

ランナーズ

筒井汰作 宮本岳 中田昇太郎 諏訪原賢士郎 福江航太 吉永旭 浅野弘一
長岡洋和 谷永悠季 足立虹太 平野史也 知久剛士 荒谷太智 三家本雄輝
松藤裕奈 斎藤青児 原健太 伊藤嵩大 清谷大雅

ランバ

増野春子 寺崎利沙 岸本貞広 森永華子
足立萌々 屋良涼太 亀田かおり 松村涼汰

タイムスケジュール

9月9日

10:15 西条駅集合

10:27 西条発 (670円)

11:16 三原着 (船までの間に昼食を。船の運賃は団体割で購入します)

12:10 三原港発

12:35 白田港着

13:00 青年の家着

13:30~ 島を一周ジョギングもしくはウォーキング (12km)

17:00 風呂

19:00 夜ご飯

20:00 花火大会 (盛大にやります)

23:00 寝る

10日

6:30 起きる

7:00 朝の集い

7:30 朝御飯

9 : 3 0 走る

1 1 : 0 0 くらい シャワー

1 2 : 0 0 昼ご飯

1 3 : 0 0 体育館でスポーツ

ランバの人たちは16 : 56の舟でお帰りになります。

1 7 : 0 0 風呂

1 9 : 0 0 夜ご飯

2 3 : 0 0 寝る

1 1 日

5 : 3 0 起きる

6 : 0 0 走る (走りたい人だけでいいです。)

7 : 3 0 朝御飯

8 : 0 0 掃除

9 : 0 0 過ぎ 青年の家出発

9 : 5 9 白田港発

1 0 : 3 0 三原着 解散

1 日目 3 日目の昼ご飯は各自で用意してください。

持ち物 着替え シャンプー リンス タオル ボディーソープ 洗濯ネット
傘 歯ブラシ等 常備薬 体育館シューズ トランプやuno
何かあれば幹部までご連絡ください