



# 「レニックスジュニアチーム強化合宿」 in 白子 (千葉)



日程	7/15(日)~7/16(月)	お申込先	フロントへ直接もしくは、 FAX (045-352-6268) にてお申し込みください。
宿泊先	サンライズオーツカ 千葉県長生郡白子町中里4408-18 TEL 0475-30-2221 <a href="http://www.new-otsuka.com/index.html">http://www.new-otsuka.com/index.html</a>	コーチ	溝畑・高田 他 ※コーチが変更する場合もございます。
料金	1泊2日 28,000円(税込) ※宿泊代、交通費、コート代、コーチ代、ボール代、保険代等含む。参加人数によっては交通費が別途必要になる場合もございます。	申込締切	7月1日(日)まで
定員	25名程度 ※J2~J4所属の選手が対象です。パームインターナショナルテニスアカデミーの選手と合同で練習を行います。	関東ジュニアに出場する仲間を応援しよう！ そして、来年こそは自分が出場できるようにたくさん練習しよう！	
内容	基本練習の強化、練習マッチ、 トレーニング、関東ジュニア観戦 ※参加人数によって変更する場合がございます。 ※合宿の様子は逐一ブログにて報告します。		

レニックスジュニアチーム強化合宿参加申込書		申込日	平成	年	月	日
名前		住所	〒			
携帯電話						
生年月日(西暦)		保護者連絡先				
年齢		所属チーム				

## スケジュール表（仮）

※内容・時間等は変更する場合があります。

7月15日（日曜日）		7月16日（月曜日）	
7:30	東戸塚駅集合	6:00	起床
9:00	宿舎到着	6:15	散歩
9:30	練習開始	7:15	朝食
）		8:30	練習開始
12:00	練習終了	）	
	昼食	12:00	練習終了
13:00	練習開始		昼食
）		13:00	練習
18:30	練習終了	）	
19:15	夕食	17:00	練習終了
20:00	花火等	18:00	宿舎出発
	希望者はコンビニへ	20:00	東戸塚駅到着
21:00	就寝		

### 当日の持ち物一覧

- テニスシューズ（オムニ・クレール用）
- テニスウェア（多めに用意してください）
- タオル（練習時使用）
- ウォームアップ
- テーピング
- バスタオル
- 保険証のコピー
- 予備ガット
- 日焼け止め
- テニスノート
- 洗面用具
- 携帯電話
- ラケット2本以上
- グリップテープ
- 縄跳び
- サングラス
- 筆記用具
- お風呂セット
- お小遣い
- 水筒2ℓ（ジャグ）
- ランニングシューズ
- 帽子
- 氷のう
- はさみ
- エチケット袋

<メモ>