

初回版

A black and white photograph of two rugby players in a scrum on a grass field. The player on the left is wearing a dark jersey with 'TOULON RUGBY' and 'TOULON JUNIOR RUGBY' visible on the back, and white shorts. The player on the right is wearing a dark jersey and dark shorts with a logo. The background shows a fence and trees.

GXA

小3～中3

冬休み大阪ジュニアラグビー合宿 2024

# 小3～中3 冬休み大阪ジュニアラグビー合宿 2024

## ◎出発当日のご案内

出発日	2024年12月28日(土)	集合場所	新大阪駅or花園ラグビー場
帰着日	2024年12月30日(月)	集合時間	新大阪駅08:30/花園ラグビー場09:30
旅行期間	3日間	開催式	13:45～(12/28ドコモ大阪南港グラウンド)
貸切バス会社	東豊観光株式会社	解散式	16:15～(12/30ドコモ大阪南港グラウンド)

旅行代金	【早割】 62,700円(税込) * 早割は12/2までにお申込の方に適用されます。
	【通常】 66,000円(税込)

連絡先	03-6667-0840
-----	--------------

旅行業務取扱管理者の氏名	安田 厚
--------------	------

最小催行人数	40名
--------	-----

旅程管理業務を行う者の同行の有無	同行有り
------------------	------

## ◎スケジュール

月日	午前	午後	夜間	食事
12/28 (土)	08:30 新大阪駅集合 08:40 新大阪駅出発 09:30 花園ラグビー場集合 花園ラグビー観戦 12:00 グラウンドへ出発 13:00 グラウンド到着 昼食(お弁当支給)	13:45 開催式 14:00 練習開始 16:30 練習終了 通いコース解散 16:45 宿舎へ移動開始 17:30 宿舎到着 18:00 入浴	19:00 夕食 20:00 夜間MTG 21:00 自由時間 22:00 消灯	朝食: ✕ 昼食: ○ 夕食: ○
12/29 (日)	06:30 起床～体操 07:00 朝食 08:30 グラウンドへ移動開始 09:30 通いコース集合 09:30 グラウンド到着 10:00 練習開始	12:30 昼食 13:30 練習再開 16:00 練習終了 通いコース解散 16:30 宿舎へ移動開始 17:30 宿舎到着 18:00 入浴	19:00 夕食 20:00 夜間MTG 21:00 自由時間 22:00 消灯	朝食: ○ 昼食: ○ 夕食: ○
12/30 (月)	06:30 起床～体操 07:00 朝食 08:30 グラウンドへ移動開始 09:30 通いコース集合 09:30 グラウンド到着 10:00 練習開始	12:30 昼食 13:30 練習再開 16:00 練習終了 16:15 解散式 16:30 現地解散 16:40 新大阪駅へ移動開始 17:40 新大阪駅到着 18:00 新大阪駅解散	—	朝食: ○ 昼食: ○ 夕食: ✕

## ◎グラウンド/ご宿泊ホテル

グラウンド/宿舎	到着	出発	日数	住所&電話番号
ドコモ大阪南港 グラウンド	12/28	12/30	3日間	大阪府大阪市住之江区南港北 1-9
新大阪ユースホステル	12/28	12/30	2泊3日	大阪府大阪市東淀川区東中島 1-13-13 06-6370-5427

## ◎手配会社

都市	手配会社名/住所	電話番号
東京	株式会社 GXA 〒103-0001 東京都中央区日本橋小伝馬町 14-7 アクサ小伝馬町ビル 5F	03-6667-0840

## ◎緊急連絡先

氏名	連絡先
田中	080-7067-3109

# 小3～中3

## 冬休み大阪ジュニアラグビー合宿 2024

### ◎各種ご案内

- ・ラグビー合宿の初日の集合場所は、新大阪駅or花園ラグビー場です。
- ・昼食(全日)は、お弁当をご用意しております。(通いコースも含む)
- ・数名のスタッフが、移動時や練習中のサポートを行います。
- ・ラグビー合宿のスケジュールやコーチは、変更することがあります。
- ・グラウンドから宿泊ホテルまでの往復は、観光バスで移動します。
- ・宿泊は、学年毎に分かれ、複数名定員の二段ベット形式のお部屋で就寝します。
- ・衣類の洗濯をする時間がないので、2泊分をお持ち下さい。
- ・起床後、点呼や体操を行った後、朝食をいただきます。
- ・食事はホテル内のレストランでいただきます。

### 【練習時の水分補給】

今合宿では、協賛スポンサーの江崎グリコパワープロダクションより、練習時の水分補給に「CCDドリンク」をご提供いただいております。皆さんご存じの一般的なスポーツドリンクは、アイトニック飲料と言い、体液と同等の浸透圧な為水分の吸収はゆるやかです。つまり胃にたまりやすいと言えます。CCDドリンクはハイポトニック飲料(低浸透圧)なので、吸収が速く、胃にたまり難いのが特徴です。つまりエネルギーも吸収しながら胃を通過する時間が短いので、パフォーマンスに影響が出ないハイスベックなスポーツドリンクです。水分補給ではCCDドリンクを多数ご用意いたします。尚、スポーツドリンクが苦手な選手につきましては、麦茶もご用意しておりますので、ご安心ください。

**\* 諸事情によりドリンク内容に変更の可能性があります**

### 【合宿の写真販売】

合宿終了後の翌1月下旬～2月上旬を目安に、写真はインターネットで閲覧できるようにし、お気に入りの写真はデータでも写真でもご購入できるように致します。詳しくは合宿終了後、メールにてご案内します

### 【お金について】

今合宿では原則としてお金の管理者は選手本人です。お金を使用するのは、ホテル内での飲料の自動販売機程度の使用機会です。多額のおこづかい不要です。また、選手間でお金の貸し借りは禁止とさせていただきます。**また、選手間の金銭トラブルは当社は一切の責任を負いかねます。**

### 【合宿中の怪我】

捻挫・打撲等の初期対応やテーピング処置が施せるスタッフがいますのでご安心下さい。緊急を要する場合には、グラウンド近くの救急病院で救急外来で診療します。(保険証のコピーをご持参下さい)

### 【お子様の写真掲載】

今合宿の参加規約に以下内容がございます。「参加者は開催日から終了日までの行程の中で、当社またその代理人によって取材された写真、映像、音声、文字原稿となったインタビュー内容が、当社の広報活動にのみ使用されることを承諾いただきます。」一例を申し上げますと、合宿中の練習風景や食事風景の写真を当社の合宿ブログに掲載したり、当社の公式フェイスブックに投稿したりなどが上記に当てはまります。事前に御承知おきくださいますよう、お願い申し上げます。

### 【合宿終了後、忘れ物の対応について】

合宿終了後、1ヶ月間は当社で保管いたします。保管期間終了後、持ち主が現れない場合は、処分させて頂く場合がございます。

### 【発熱時の対応について】

37.5以上の発熱があった際は、保護者様にご連絡をし、お迎えを要請させて頂く場合がございますので、予めご了承ください。

### 【宿舎内でのルールについて】

携帯電話の使用は、原則自由時間にお部屋内でのみ使用可能です。(バス移動時や食事中は使用禁止) 消灯後、22:30以降は部屋内での操作も禁止とさせていただきます。

飲料購入	食べ物購入	スマホの利用	お金の貸し借り
○	×	△	×

# 小3～中3 冬休み大阪ジュニアラグビー合宿 2024

◎集合・解散場所のご案内(JR新大阪駅 正面口1F階段横)



※最終日の解散場所も同様です。保護者様は、こちらまでお迎えをお願いします。

◎集合場所のご案内(花園ラグビー場 メインゲート付近)



# 小3～中3 冬休み大阪ジュニアラグビー合宿 2024

◎持物チェックリスト

項目	品名	必要度	チェック	チェック内容
貴重品	現金	△		ジュース代、お土産代程度(個人管理)
衣類	ジャージ・Tシャツ	◎		移動、アップ時など
	下着・靴下	◎		着替えを含む
	就寝着	◎		パジャマ等
	練習着	◎		Tシャツ、ハーフパンツなど
ラグビー用具	ラグビージャージ	◎		練習で使用(所属チーム用でも可)
	ラグビーパンツ・ソックス	◎		練習で使用(所属チーム用でも可)
	ヘッドギア	◎		練習で使用(所属チーム用でも可)
	スパイク	◎		固定・ポイントどちらでも可
	その他	◎		ソックス、マウスガード等
	トレーニングシューズ	◎		移動で必要
	室内トレーニングシューズ	◎		雨天時、室内練習の際に必要
	タオル	◎		汗ふき、手洗い用
その他	筆記用具	◎		ミーティング時に必要
	入浴用タオル	◎		必ずご持参ください
	シャンプー・石鹸	◎		必ずご持参ください
	歯ブラシ・歯磨き粉	◎		必ずご持参ください
	目覚まし時計	◎		各自時間を把握できるように
	ビニール袋	◎		使用済みの衣類を入れるのに便利
	本・雑誌	△		自由時間などで読書する場合
	携帯電話	△		節度ある使用を伝達願います
	傘	○		雨天時の移動で使用
	健康保険証コピー	◎		緊急外来が必要になった場合に使用
	マスク	△		感染予防対策のため(任意)

◎＝必ず必要なもの ○＝あると便利なもの △＝選手によって必要なもの  
 ※ボールなどのラグビー道具と、練習中のドリンクは当方が用意します。  
 ※使用施設にAED(自動体外式除細動器)が無い場所での練習時には、常時AEDを携帯致します。  
 ※持ち物には必ずお子さまの氏名をお書きください。忘れ物時に大変役立ちます。  
 ※合宿中は洗濯ができませんので、各自の判断にて着替え等は必要量をご用意願います。

## 【雨天時について】

ラグビーの練習は多少の降雨でも開催します。豪雨や雷、グラウンドコンディションが悪く練習が困難と判断した場合は、近隣の屋内施設で室内練習をする可能性があります。