☆葛西・南砂町道場　秋季合宿☆

日頃、極真会館　葛西・南砂町道場の活動にご理解いただき、ありがとうございます。
この度、「秋季合宿」を「BumB 東京スポーツ文化館」にて行います。合宿は「稽古」と「規律ある生活」「各種活動」で仲間と協調し助け合い、成長を促していきます。一般・壮年・女子クラスの方も土日開催の合宿になりますので、是非ご参加いただき、稽古と共に、親睦・交流を深めていただければと思います。希望の方はかねてから作成希望のあった葛西・南砂町道場 T シャツ（ドライシャツ）とセットでの申し込み可能です。T シャツ込み希望の方は合宿費+２０００円です。よろしくお願いいたします。

１０月２１日（土）南砂町道場のファミリークラスは合宿の稽古で合同クラスとして行います。夢の島・東京スポーツ文化館のサブアリーナで午後１時３０分～５時まで稽古いたしますので、そちらにご参加ください。よろしくお願いいたします。

葛西・南砂町道場　秋季合宿　＜南砂町道場用＞

２０２３年　　１０月２１日（土）～　１０月２２日（日）　一泊二日

場所：BumB あなたの文武両道、応援します！ 東京スポーツ文化館　＜東京都江東区夢の島 2-1-3 ＞
参加費用：年長・小・中学生　１０，０００円：食事４食（２１日昼・夕、２２日朝・昼）施設利用費込み
高校生　１０，０００円：食事４食（２１日昼・夕、２２日朝・昼）施設利用費込み
大人　１１，０００円：食事４食（２１日昼・夕、２２日朝・昼）施設利用費込み
２１日（土）日帰り参加　５，０００円：食事２食（２１日昼・夕）施設利用費込み
☆年長さんの参加に関しては申し込み時点でご相談させていただきます。
☆T シャツ込みの方は上記に２０００円加算してください。（例：小中学生１２，０００円）

１０月２１日（土）　午前１１時４０分　現地集合（東京スポーツ文化館建物入り口前）
１０月２２日（日）　午後　２時　　現地解散（東京スポーツ文化館建物入り口前）

持ち物：①空手着　②サポーター類　③運動靴（土足）④歯磨き（宿舎にも用意があります）
⑤タオル（宿舎にも用意があります）⑥保険証（コピー可）⑦着替え　⑧体操服、運動着
⑨ビニール袋　⑩水筒（毎回、練習後中身を入れ替えます）⑪スイカ or パスモ（必ず残高をご確認ください）
⑫プール用具（水着・水泳帽子・ゴーグル・ロッカー用小銭「返却されます」）

参加申込み締切：９月１７日（日）※定員に達した場合は期日前でも締め切らせていただきます。

キリトリ―　　**―キリトリ**

合宿参加申込書

氏名		年齢　　歳・学年　　年
連絡先	携帯 TEL	
T シャツ込みの方	サイズ〇で囲んでください。110　120　130　140　150　SS　S　M　L　XL	
申し送り・備考		