

合 宿 内 容 表

合宿団体名	
入所月日	月 日() 時 分 予定
退所月日	月 日() 時 分 予定
宿泊室	合宿所 1・2 号室 指導員室 1・2 号室

時 間	項 目	月 日	月 日	月 日	月 日
6:00	起 床				
	体 操				
7:30	整理整頓				
	掃 除				
8:00	朝 食	朝食(7:30)			
9:00	自 由				
12:00	練 習				
	昼 食	昼食(12:00)			
13:00	練 習				
17:00	自 由				
18:00	夕 食	夕食(18:00)			
19:00	練 習				
21:00	入 浴				
22:00	自 由				
	消 灯				

※記入上の注意

- 1、入所時に約10分間のオリエンテーションの時間を取ってください。
- 2、夜間の項目は2項目から選択のうえ、記入してください。
- 3、食事時間をお守りください。