

合宿持ち物リスト

※持ち物にはフルネームでご記名をお願いします。
 ※できればお子様と一緒にご準備、ご確認下さい。

※お小遣いについて

- ・お土産代には1,000円程度をご準備下さい。
- ・緊急時用のお小遣いは親御様のご判断で持たせて頂いても構いませんが、合宿中はコーチがお預かりします。

練習用バッグ			✓
1	練習着	初日に着用するウェアです。集合時から着用してお越し頂いても大丈夫です。	
2	防寒着	日陰、休憩中、移動時は冷え込みますのでご準備ください。 (パーカー、ズボンの下の運動用スパッツなど)	
3	テニスラケット	1,2本	
4	テニスシューズ	お持ちでない方は普段履き慣れている運動靴でも構いません。	
5	汗拭きタオル	日程分	
6	水筒	練習時はジャグ等で補充させますので、初日に中身を入れてきてください。	
7	帽子	晴天時、また多少の雨の場合は帽子をかぶってレッスンを実施致します。	
8	消毒用アルコール	携帯用のアルコールジェルなど	

宿舎用バッグ			✓
1	保険証のコピー	集合時にお預かりいたします。	
2	下着	余分にご用意下さい	
3	練習着の着替え	Tシャツ6枚、ズボン3枚ほど(余裕を持ってお持ちください。)	
4	寝間着	ジャージでも可	
5	部屋着	夜のレクリエーション時などに使用(寝間着と併用可能)	
6	洗面道具	歯ブラシ、歯磨き粉、洗顔用タオルなど	
7	入浴道具	シャンプー、リンス、ボディソープ、バスタオルなど	
8	筆記用具・ノート	ミーティングなどで使用(普段使用しているテニスノートでも可能)	
9	室内履きの運動靴	雨天時は体育館等で練習することもございますのでご準備ください。	
10	常備薬(必要に応じて)	酔い止め、日焼け止め、解熱剤など	
11	雨具	レインコート、折り畳み傘など	
12	ランドリーバッグ (もしくはポリ袋)	使用した練習着などを入れておくため	
13	サブバッグ	折りたためるもの(荷物が増えた時などに使用、エコバッグなど)	
14	紙コップ/うがい薬など	就寝時などに使用	
15	マスク	6枚程度(子供達同士の誤使用を防ぐため、使い捨てマスク推奨)	