

2024年総本部 冬合宿申込書

日 時：1月4、5、6日（木、金、土） 2泊3日

集合時間、場所：午前7時00分に本部 1階で受付 総本部道場 東京都豊島区西池袋2-38-1

合宿場所：三 峰 神 社 埼玉県秩父市三峰298-1 TEL：0494-55-0241

申 込 料：一律 40,000円

※キャンセルは12月15日まで承ります。それ以降は返金できませんのでご了承ください。

持 参 品：少年部、中学生以上共通：初日（4日）の昼食、道着（帯）、保険証、マラソンシューズ

水分補給用のドリンク代1,500円程、またはスポーツドリンクの粉末と水筒

少年部：筆記用具、※少年部は朝稽古の際、ジャージやトレーナーを道着の内側に着ることが可能ですのでお持ちください。

中学生以上：下山に好ましい靴、滝浴び用下着、軍手（手袋）、カバンはリュックなど背負える物、タオル

★下山は険しい道ですので、一つのリュックにまとめてくることをお勧めします。

締め切り日：**11月30日（木）** 申込書は各道場でまとめて総本部事務局へメールに添付して下さい。 申込書送付先メールアドレス so-honbu@i.softbank.jp

申込料は別紙の通り支部一括にてお振り込み下さい。

※ 少年部は3年生以上に限ります。少年部は山下りと滝浴びをせずバスでの下山となります。

※ 合宿二日目に昇段審査を行います。受審希望者は別添の申込み用紙にてお申し込みください。

2024年冬合宿申込書

申込日 月 日

会員番号			
フリガナ	性別	年齢	所属支部
氏 名	男・女	歳	段級位 段・級
住 所 〒		Tel 携帯	
		緊急連絡先	
参加する部（○をつける） ・一般部（中学生～34才以下） ・少年部（小学生男子） ・壮年部（35才以上） ・女子部（女性は全て女子部） ・支部長 学生は学年（例：中学1年生） 年生			
総本部のバス利用（行き ・する ・しない）（帰り ・する ・しない）			受領印
持病のある方は病名と発症した場合の対応方法を記入してください。			

2024年 総本部冬合宿日程予定表

1日目 1月4日	2日目 1月5日	3日目 1月6日
7:00 集合（総本部） バス乗り込み 7:30 出発	6:00 起床 6:20 集合（玄関） 6:30 稽古（神社） 7:30 祝詞 8:30 朝食 （6階大広間） 11:00 昼食 （6階大広間） 12:40 集合（玄関） 13:00 マラソン大会 13:00 昇段審査 （報徳殿） 18:00 夕食 （6階大広間） 19:30 演芸大会 （6階大広間） 表彰式 20:30 宴会 22:00 消灯	6:00 起床 6:20 集合（玄関） 6:30 稽古（神社） 7:30 祝詞 8:30 朝食 （6階大広間） 9:00 清掃開始 9:40 清掃終了 10:15 集合（玄関） 10:25 総裁記念碑 参拝 山くんだり 11:15 滝浴び 12:15 昼食（各自） 13:15 バス出発 16:00 到着予定 （総本部） 解散
12:00 到着予定		
13:40 総裁記念碑 参拝		
14:00 稽古（報徳殿） 館長稽古		
16:00 終了		
18:00 夕食 （6階大広間）		
19:15 館長講話		
22:00 消灯		

※合宿中の状況により時間や内容が変更される場合がありますのでご了承下さい。

よくある質問

直行直帰の方法

- ・三峯神社の HP の以下の交通案内ページをご参照ください。

<https://www.mitsuminejinja.or.jp/koutsu/>

当日受付の方法

- ・総本部一階受付にて名前を伝えてください。その後バスが到着するまで道場にて待機します。

アメニティについて

- ・バスタオル、フェイスタオル、歯ブラシが用意されていますが必要に応じてご自身でご準備ください。

食事について

- ・アレルギー対応はできる範囲内で行いますが、ご自身でレトルトなどお持ちいただくことをお願いする場合があります。

持病について

- ・宿舎が標高 1,100m に位置するため何かあった際の救急車の到着は 1 時間から 1 時間半以上かかるといわれています。

体調がご心配な方のご参加はご遠慮いただいております。

下山について

- ・途中休憩所で水分補給をするので事前にご準備をしてください。

道中は険しく転倒する可能性もございます。荷物は両手を使用できるよう背負えるものをご準備ください。靴は登山用のものが望ましいです。

下山距離 約 1.6 km、時間 滝浴びを含めて約 2 時間

昇段審査受審者以外の参加者

- ・サポーター類は必要ありません。
- ・約 20 km（少年部約 9 km）のマラソンをするためランニングシューズを必ずご準備ください。事前に走る稽古をしたうえで参加することをお勧めします。