

# 成城ソネット 2015 強化合宿



今年もみんなで楽しむわよっ☆

2015年 10月 31日 ~ 11月 1日

## 1. 合宿概要

### ◆ 日程

2015年10月31日(土)～11月1日(日)

### ◆ 宿泊場所

世田谷区民健康村なかのビレジ

[住所]群馬県利根郡川場村大字中の626番地

[電話]0278-52-3321

### ◆ 参加費用

11,000円(交通費、宿泊代、球場代、夕食・朝食代込)

※日帰り参加者は7,700円 ※ドライバーには高速代・ガソリン代支給

### ◆ 参加者

井上由希 内田順也 笠井亮※ 川村裕太 北川智一※ 千葉梨穂 富樫信 宮本和志  
藤野諒 山本拓人(10人) ※1日目のみ参加

### ◆ 配車

1 宮本車(成城学園前発) 井上・千葉

2 藤野車(高崎発) 内田・川村

3 北川車(生田発) 笠井

4 山本車(二子玉川発) 富樫

## 2. スケジュール

### 〔1日目〕

7:00 成城学園前・二子玉川・生田集合

11:00 田園フラザ(昼飯)集合 ※時間厳守

12:00 なかのビレジ チェックイン

13:00 てんぐやま公園 練習開始

18:00 入浴(大浴場)

19:30 夕食(食堂)

20:30 宴会(北川・笠井帰京)

### 〔2日目〕

7:30 朝食

10:00 てんぐやま公園 練習開始

12:00 昼食(コンビニ)

17:00 練習終了

18:00 温泉(夕食→帰京)



### 3. 宿泊施設

#### ◆ 部屋割

当日のお楽しみ☆ 到着時にGMより発表予定

#### ◆ 部屋の設備

お部屋					
フェイスタオル	○	歯ブラシ	○	浴衣(大人様用)	○
バスタオル	▲	髭剃り	▲	パジャマ	×
羽毛布団	○	クシ・ブラシ	×		
浴室					
ボディソープ	○	シャンプー	○	ドライヤー	○

○備え付けあり ▲有料にて販売・レンタルあり ×備え付けなし

#### ◆ 入浴時間

5:00~24:00(清掃時間10:00~12:00)

#### ◆ 館内詳細図





## 4. 練習メニュー(予定)

(1日目)15時～17時

13:00

アップ・キャッチボール

13:30

内野ノック・投内連携

15:00

トスバッティング各種

フリーバッティング

ロングティー



(2日目)8時～17時

10:00

アップ・キャッチボール

10:30

外野ノック

13:00

ミーティング

盗塁練習

挟殺プレー練習

15:00

トスバッティング各種

フリーバッティング

ロングティー

締めの特守



## 5. ソネット大宴会

藤野諒 PRESENTS

藤野諒の限界に挑戦 2015



### 注意事項・お願い

- ◆ 宿舎は全部屋禁煙のため、タバコは喫煙スペースでお願いします。
- ◆ 直前キャンセルの場合、キャンセル料金がかかる可能性があります。
- ◆ 川場村の気温は東京地方より5度前後低くなるので、防寒対策をお願いします。
- ◆ 怪我・事故のないように各自気を付けましょう。
- ◆ 参加費は田園フラザ集合時に集めるので準備してきてください。