２０１４　新潟市ジュニアラグビースクール

菅平夏合宿のしおり

日時		グラウンド	
７月２６日 金曜日	全日	ホテル樅の木	51 番
２７日 土曜日	午前	菅平ホテル	26 番
	午後	山光館第一（高学年）	72 番
		山光館第三（中学年）	83 番
２８日 日曜日	午前	ホテル樅の木	51 番

宿泊（しゅくはく）　ホテル朝日（あさひ）　長野県上田市菅平高原（ながのけんうえだしすがだいらこうげん）１２２３－４９８０

☎ 0268-74-3506

年　なまえ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

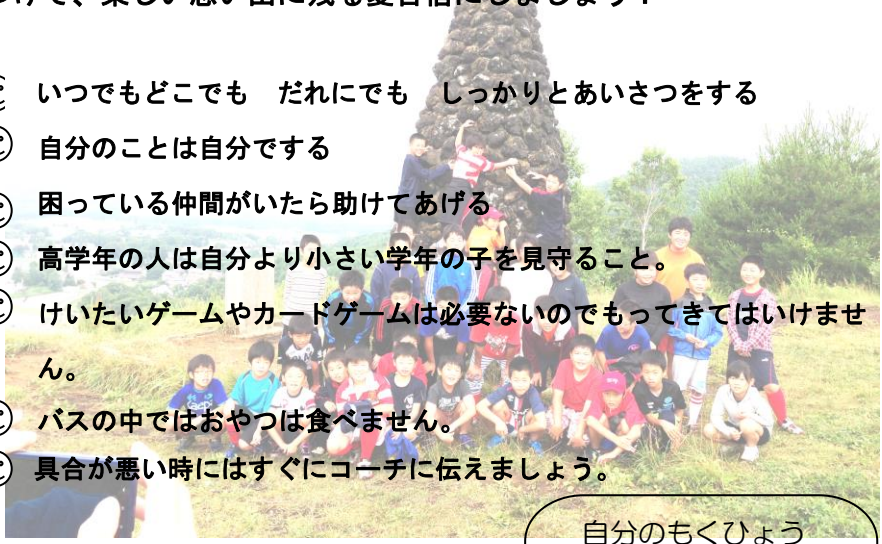
もちもの　チェックリスト

	名前 チェック	バッグに入れ たらチェック
さんかひ　ほけんしょう 参加費と保険証のコピー （古封筒に入れ名前、金額記入）		
ラグビー道具		
ヘッドキャップ		
スパイク		
ユニホーム・ソックス		
れんしゅうぎ		
キャップ（ぼうし）		
すいとう		
氷		
きがえ		
うわぎ（寒いとき用に）		
パジャマ		
洗面道具		
入浴セット（もちはこべるようにまとめておく）		
せんたくようネット		
ハンガー		
せんたくほしひも		
おこづかい（りょうしき　はんいない良 識 の範囲内）		
１日目の昼食もしくは昼食代		

合宿のきまり

ここに書いてあることは、いつも校長先生がお話されていることでもあります。いつもの練習のときからしなくてはならないことです。

自分でよく考えてじゅんびをして、病気やけがをしないように気をつけて、楽しい思い出に残る夏合宿にしましょう！



- いつでもどこでも　だれにでも　しっかりとあいさつをする
- 自分のことは自分でする
- 困っている仲間がいたら助けてあげる
- 高学年の人は自分より小さい学年の子を見守ること。
- けいたいゲームやカードゲームは必要ないのでもってきてはいけません。
- バスの中ではおやつは食べません。
- 具合が悪い時にはすぐにコーチに伝えましょう。

自分のもくひょう

ラグビーは　「One for all　all for one 」

「 一人はみんなのために！

みんなはひとりのために！」

という心をもってするスポーツです

これをラグビースピリッツ

（ラグビー魂（たましい））といいます

ラグビーの試合相手は

同じラグビーが大好きななかまです

合宿でたくさんのなかまをつくりましょう！

１日目　　７月２５日　金曜日のうごき

時　間	内　　容
６：１５ ６：３０	県庁に　集合　・　点呼 出発　バスの中で参加費を集めます
１０：００	スーパー到着 お弁当ではない人はお昼ごはんを買う
１０：３０	菅平高原　練習グラウンド到着 練習
１２：００	練習終了　宿泊先へ移動 ホテルでは班ごとに行動
１２：３０	お昼ご飯
１３：３０ １４：００	グラウンド到着 交流戦　キックオフ 渋川RS　佐倉RS　ツクバリアンズ jr(茨城)
１７：００	交流戦終了　ホテルに移動 コーチの指示に従って班ごとに入浴 せんたくネットを持っていく 脱衣所で脱いだ物をネットに入れて班長がまとめる
１８：３０	タごはん　　盛り付け　後片付け　テーブルふき
１９：３０	ミーティング
２０：００	自由時間
２１：３０	消灯　就寝　　寝ます！

ゲームのかんそう

１日目　７月２５日　金曜日午後の試合スケジュール

グランウンド　５１番

高学年							
No.	K.O.	チーム名		得点		チーム名	レフリー
1	14:00	佐倉		－		ツクバリアンズB	渋川
2	14:15	ツクバリアンズA		－		新潟	佐倉
3	14:30	渋川		－		佐倉	ツクバリアンズA
		調整　5分					
4	14:50	ツクバリアンズB		－		新潟	渋川
5	15:05	佐倉		－		ツクバリアンズA	新潟
6	15:20	渋川		－		ツクバリアンズB	佐倉
		調整　5分					
7	15:40	新潟		－		佐倉	ツクバリアンズB
8	15:55	ツクバリアンズA		－		渋川	新潟
		調整　5分					
9	16:15	新潟		－		渋川	ツクバリアンズA
10	16:30						

【注意事項】
■試合時間は15分で調整する。
■試合は全て10分1本。試合間の時間は5分。
■早く試合開始できる場合は前倒しで進める。
■タッチジャッジは当該試合チームから1名ずつ出すものとする。
　但し、担当する人がいない場合は、試合のないチームに協力してもらう。

グランウンド　５１番

中学年							
No.	K.O.	チーム名		得点		チーム名	レフリー
1	14:00	佐倉		－		ツクバリアンズA	新潟A
2	14:10	渋川・ツクバ		－		新潟A	ツクバリアンズA
3	14:20	新潟B		－		ツクバリアンズC	渋川
4	14:30	ツクバリアンズB		－		佐倉	新潟B
		調整　10分					
5	14:50	新潟A		－		ツクバリアンズA	佐倉
6	15:00	渋川・ツクバ		－		新潟B	ツクバリアンズB
7	15:10	ツクバリアンズC		－		佐倉	新潟B
8	15:20	新潟A				ツクバリアンズB	ツクバリアンズA
		調整　10分					
9	15:40	ツクバリアンズA				新潟B	ツクバリアンズC
10	15:50	ツクバリアンズC				渋川・ツクバ	新潟A
11	16:00	佐倉				新潟A	ツクバリアンズB
12	16:10	新潟B				ツクバリアンズB	佐倉
13	16:20						

【注意事項】
■試合時間は10分で調整する。
■試合は全て7分1本。試合間の時間は3分。
■その他の事項は高学年と同じ。

２日目　　７月２６日　土曜日のうごき

時　間	内　　容
６：００	起床　　起きます！
６：１０	体操（たいそう）　散歩（さんぽ）
７：３０	朝ごはん　盛り付け（もりつけ）　後片付け（あとかたづけ）　テーブルふき
８：３０ ９：００	菅平（すがだいら）ホテル　グランド到着　練習 交流戦　キックオフ 伊勢崎 RS、水戸 RS
１２：００	交流戦終了（こうりゅうせんしゅうりょう）　宿泊先（しゅくはくさき）へ移動（いどう） ホテルでは班ごとに行動
１２：３０	昼ごはん
１３：３０ １４：００	山光館（さんこうかん）　第一グラウンド到着（高学年） 第三グラウンド到着（中学年） 交流戦　キックオフ 横浜 RS、練馬 RS、静岡 RS（中学年のみ）
１７：３０	交流戦終了　ホテルに移動 コーチの指示に従って班ごとに入浴 せんたくネットを持っていく 脱衣所で脱いだ物をネットに入れて班長がまとめる
１８：３０	夕ごはん　盛り付け（もりつけ）　後片付け（あとかたづけ）　テーブルふき
１９：３０	ミーティング
２０：００	自由時間
２１：３０	消灯（しょうとう）　就寝（しゅうしん）　寝（ね）ます！

ゲームのかんそう

２日目　７月２６日　土曜日午前の試合スケジュール

グランウンド　２６番

高学年							
No.	K.O.	チーム名	得点			チーム名	レフリー
1	9:00	伊勢崎B		－		水戸B	水戸
2	9:22	新潟		－		伊勢崎A	新潟
3	9:45	伊勢崎B		－		水戸A	伊勢崎
4	10:10	新潟		－		水戸B	水戸
5	10:25	水戸A		－		伊勢崎A	伊勢崎
6	10:50	水戸B		－		新潟	新潟
7							
8	終了11:30						
9							
10							

【注意事項】
■時間8分×2本。ハーフタイム4分
■試合間の時間は、3分。
■早く試合開始できる場合は前倒しで進める
■レフリーは、当該試合チームから出す
■タッチジャッジは、当該チームから出す
試合時間は7分ハーフで調整する

グランウンド　２６番

中学年							
No.	K.O.	チーム名	得点			チーム名	レフリー
1	9:00	新潟B		－		伊勢崎	伊勢崎
2	9:20	水戸A		－		新潟A	水戸
3	9:40	新潟B		－		水戸B	新潟
4	10:00	伊勢崎		－		水戸A	水戸
5	10:20	水戸B		－		新潟A	新潟
6	10:40	水戸A		－		新潟B	水戸
7	11:00	新潟A		－		伊勢崎	伊勢崎
8							
9	終了11:30						
10							

【注意事項】
■時間7分×2本。ハーフタイム4分
■試合間の時間は、3分。
■早く試合開始できる場合は前倒しで進める
■レフリーは、当該試合チームから出す
■タッチジャッジは、当該チームから出す
試合時間は6分ハーフで調整する

２日目　７月２６日　土曜日午後の試合スケジュール

グランウンド　７２番

高学年							
No.	K.O.	チーム名	得点			チーム名	レフリー
1	14:00	横浜A		－		アウル	横浜
2	14:15	横浜B		－		練馬	練馬
3	14:30	横浜C		－		日立	日立
4	14:45	横浜D		－		新潟	横浜
5	15:00	練馬		－		静岡	静岡
6	15:15	横浜B		－		アウル	アウル
7	15:30	横浜A		－		日立	横浜
8	15:45	横浜C		－		新潟	新潟
9	16:00	横浜D		－		練馬	練馬
10	16:15	アウル		－		静岡	アウル
11	16:30	練馬		－		新潟	練馬
12	16:45	横浜A,B		－		日立	横浜
13	17:00	横浜C,D		－		静岡	横浜
14							

★１３時４５分から各グラウンドでミーティングを行います。
各学年の責任者はお集まりください。

1. 日本協会　ミニラグビーの競技規則に準じます。
2. 試合時間は、1試合１２分とします。、試合終了時間厳守で対応をお願いいたします。
3. ゲームの進行上、ロスタイムはとりません。
4. 猛暑が予想されます。レフリーは気温に応じて、ヴォータブレイクを入れてください。
5. ブリフィング゛はおこないませんので、キックオフは、レフリーを対応するチームとします。
6. 雷が発生し、危険と判断した場合はゲームを中断、もしくは中止します。
   予めご了承ください。
7. 連絡先：横浜RS：北村　携帯電話番号：080－1033－4921

２日目　７月２６日　土曜日午後の試合スケジュール

グランウンド　８３番

中学年（4年）							
No.	K.O.	チーム名	得点			チーム名	レフリー
1	14:00	静岡		－		日立	静岡
2	14:15	横浜A		－		アウル	横浜
3	14:30	横浜B		－		練馬A	練馬
4	14:45	横浜C		－		新潟	横浜
5	15:00	横浜D		－		練馬B	練馬
6	15:15	横浜E		－		静岡	横浜
7	15:30	アウル		－		日立	アウル
8	15:45	横浜A		－		練馬A	横浜
9	16:00	横浜B		－		新潟	新潟
10	16:15	横浜C		－		練馬B	練馬
11	16:30	横浜D		－		アウル	横浜
12	16:45	横浜E		－		日立	日立
13	17:00	練馬A,B		－		新潟	練馬
14	17:15	横浜（合同				静岡	横浜

中学年（3年）							
No.	K.O.	チーム名	得点			チーム名	レフリー
1	14:00	横浜A		－		練馬A	横浜
2	14:15	練馬B		－		日立A	日立
3	14:30	静岡		－		新潟	静岡
4	14:45	横浜B		－		練馬C	練馬
5	15:00	横浜C		－		日立B	横浜
6	15:15	練馬A		－		日立A	練馬
7	15:30	横浜A		－		練馬B	横浜
8	15:45	横浜C		－		新潟	新潟
9	16:00	練馬C		－		静岡	練馬
10	16:15	横浜B		－		日立B	横浜
11	16:30	練馬A		－		新潟	練馬
12	16:45	横浜A,B		－		静岡	静岡
13	17:00	日立A,B		－		練馬B	日立
14	17:15	横浜C				練馬C	横浜

★１３時４５分から各グラウンドでミーティングを行います。
**　各学年の責任者はお集まりください。**

1. 日本協会　ミニラグビーの競技規則に準じます。
2. 試合時間は、1試合12分とします。、試合終了時間厳守で対応をお願いいたします。
3. ゲームの進行上、ロスタイムはとりません。
4. 猛暑が予想されます。レフリーは気温に応じて、ヴォータブレイクを入れてください。
5. ブリフィング はおこないませんので、キックオフは、レフリーを対応するチームとします。
6. 雷が発生し、危険と判断した場合はゲームを中断、もしくは中止します。
   予めご了承ください。
7. 連絡先：横浜RS：北村　携帯電話番号：080－1033－4921

３日目　　７月２７日　日曜日のうごき

今日が合宿さいごの日です！

時　間	内　　容
６：００	起床（きしょう）　　起（お）きます！
６：１０	体操（たいそう）　散歩（さんぽ）
７：３０	朝ごはん　盛り付（もりつけ）け　後片付（あとかたづけ）け　テーブルふき
８：３０	ホテル樅の木グラウンド到着　練習 交流戦　キックオフ 市川 RS、アウル RS（京都）
１２：００	練習終了（れんしゅうしゅうりょう）　宿泊先（しゅくはくさき）へ移動（いどう）　ホテルでは班ごとに行動
１２：３０	昼ごはん　お風呂　　買い物タイム
１５：００	菅平出発　　さようなら 米山 SA でお父さんかお母さんへ電話れんらくをする 夕ごはんが必要な人は米山 SA で食べる
１９：００	県庁到着　　解散 おつかれさまでした！

ゲームのかんそう

２日目　７月２７日　日曜日午前の試合スケジュール

グランウンド　５１番

高学年							
No.	K.O.	チーム名	得点			チーム名	レフリー
1	9:00	市川①		－		洛南①	市川
2	9:20	洛南②		－		新潟	新潟
3	9:40	市川②		－		洛南①	洛南
4	10:00	市川①		－		新潟	市川
5	10:20	市川②		－		洛南②	洛南
6	10:40	洛南①		－		新潟	新潟
7	11:00	市川①				洛南②	市川
8	11:20	市川②				新潟	新潟
9	終了11：37						
10							

8分−1分−8分（8分ハーフ　1分休憩）入替時間3分

グランウンド　５１番

中学年							
No.	K.O.	チーム名	得点			チーム名	レフリー
1	9:00	市川①		－		洛南	市川
2	9:20	市川②		－		新潟	洛南
3	9:40	市川③		－		洛南	新潟
4	10:00	市川①		－		新潟	市川
5	10:20	市川②		－		洛南	新潟
6	10:40	市川③		－		新潟	洛南
7	11:00	洛南		－		新潟	市川
8							
9	終了11：17						
10							

8分−1分−8分（8分ハーフ　1分休憩）入替時間3分

合宿のかんそうを書きましょう。

2014年　菅平部屋割り（宿泊先:ホテル朝日）

1	リーダー武田　凱	大田　航凪	織田島　太陽	野澤　雄太		計　6人
		原道太郎	**小林直生**			
2	リーダー高野　瑛斗	清水　太陽	金澤虎太郎	水澤　雄太	稲村　禅	計　6人
		森山　航希				
3	リーダー稲村　心	山科亮	ブロート　顕太	中川　孔斗	眞嶋　康成	計　5人
4	リーダー冨永　万作	佐藤　匠	中川　功己	松嶋　直希	小柳　昊大	計　6人
		横山　恭平				
5	リーダー長島　洋佑	三澤　伊織	櫻井　愛世	細川　陸斗		計　5人
		佐野蒼　太郎				
6	リーダー林　海美	小柳　美月		高野　千恵(母)	高野　千草	計　7人
		森山　夏歩		**野沢ひろみ(母)**	**野沢　はな**	
コーチ/保護者	三澤コーチ	稲村　圭子(母)	長島　ツネ子(母)	山科　郭玉平(母)		計　7人
	田中コーチ	**森山コーチ**	**松嶋　範子(母)**			
高学年コーチ/保護者	武田コーチ	稲村コーチ	冨永コーチ	高野　寛		計　6人
	大田コーチ	**清水コーチ**				
中学年コーチ	中川コーチ	小柳コーチ	水澤コーチ			計　4人
	織田島コーチ					
校長/コーチ	羽下校長	松尾コーチ	山科コーチ			計　4人
	五十嵐コーチ					

※太字は2日目からの参加者を示す。

菅平高原グラウンドマップ
菅長野IC（夏期のみ 大型車不可）
菅平サンホテル
菅平温泉やまびこ
ホテル緑の木
ホテル ユーユーダボス
まるみ山荘
天狗ロッヂ
ホテル朝日
ホテル富士屋
菅平スイスホテル
菅平高原温泉ホテル
ホテル 旅山荘
山本館
リゾートハイランド雲ゆき
エーデルホテル
スポーツハイム ホテル田沢館
国際リゾートセンター
プラトウハヤシヤ
大部館
旭山マレット
菅平プラザホテル
菅平ホテル
菅平高原国際リゾートセンター
バングービレッヂ
佐久山荘
佐藤別館
向井館
金井屋
つばくろ荘
四季の宿 まさき
ヴィラ・フリータイム
サングリーンマレット
菅平高原自然館
菅平ナリールホテル
ホテルリビナス
菅平巨大迷路
菅平大学セミナーハウス
大型車通行不可
プチホテル ソンタック
大型車専用ピカークラブ
野外競技場
1 芝グラウンド
6 人工芝グラウンド
P 公営駐車場
●…宿舎・家
▲…食堂・軽食・喫茶
…コンビニエンスストア
✚…診療所・整骨院
■…ラグビーグッズ専門店
GS…ガソリンスタンド
〒…郵便局
文…学 校
観光スポット
中央部拡大図
和田鍼灸接骨院
TEL 0268-74-2114
シルバーフェーン Haterikoh
ホテル亀屋
セブンイレブン
KooGa
スポーツハイム ホテル田沢館
ホテル田沢館
プラトウハヤシヤ
ウインターラガーベース
ラガースポーツ
スズキスポーツ
カジノスポーツ JA
GS
New Zealand Rugby Online
救急医院（国際リゾートセンター内）
菅平高原クリニック
TEL 0268-61-7211
菅平高原国際リゾートセンター
0m
500m
1,00
WEIDER RUGGER BASE
NEW OPEN!
路上
宿泊に付いてのご相談は菅
TEL.（0268）-74-
ペンションご希望の方はペ
http://w

グラウンド名	NO.	TEL(0268)
グリーンフィールド	1	74-2003
市営グラウンド	2	74-2003
サニアパーク	3	61-7090
エーデルホテル	4 5 6 97	74-2131
ホテル朝日	8	74-2661
佐久山荘	9	74-2072
佐藤旅館	10 11 93	74-3737
菅平イナリールホテル	12 13 14 70	74-3711
菅平高原ロッヂ	15	74-2175
菅平サンホテル	16 17 54	74-2360
菅平スイスホテル	18 82 98 104	74-3411
グランヴィリオ ロッヂ	19	74-2355
菅平パークホテル	20 21	74-2533
菅平プラザホテル	92 23 88 82	74-2345
菅平プリンスホテル	24	74-2100
菅平ホテル	25 26	74-2001
スポーツハイムホテル初音館	28 75	74-2628
創価大学菅平セミナーハウス	29	74-2612
ホテル田沢館	30	74-2318
太郎館	31	74-2300
天狗ロッヂ	32 79	74-2431
日大経済学部菅平研修所	33	74-2165
ホテル亀屋	35 97	74-2523
菅平高原温泉ホテル	36 37 38 76	74-2515
ホテル戦山館	7 39 40 85 86	74-2678
菅平国際ホテルベルニナ	41 42 94 105	74-2325
ホテル第一館	43 44	74-2030
ホテルダボスタカシマヤ	45 46 47 85	74-2035
ホテルニューダボス	48 101	74-2066
ホテル富士屋	49 50	74-2038
ホテル愼の木	51	74-2335
ホテル山喜荘	40 52 77 89	74-2331
菅平温泉やまびこ	53 55 56 57	74-2064
まるみ山荘	58 A-B 59	74-2065
明治大学菅平セミナーハウス	60	74-4003
山本館	61	74-2085
リゾートハイランド美やざき	62 63	74-2082
プラトウハヤシヤ	64	74-2630
つばくら館	66	74-2073
早稲田大学セミナーハウス	67 68 69	74-2015
ヴィラ・フリータイム	71	74-2666
山光館	72 83	74-2616
四季の宿まさき	73	74-2673
ロッジすずもと	74 34 91	74-2110
バンブービレッヂ	78	74-2600
向井館	80 96	74-2606
金井屋	81	74-2070
ホテルルビナス	84 22	74-2422
グラウンド部会グラウンド	90	
四阿屋旅館	95	74-2163
嶽村山荘	99	74-2667
牧場グラウンド	100	
プチホテルゾンタック	102	74-1111
大原菅平ビガークラブ	103	74-3377

菅平高原観光協会
菅平高原旅館組合
(菅平リゾートセンター内)
TEL.(0268)74-2003 FAX.(0268)74-2353
ホームページ http://sugadaira.com

ONE FOR ALL. ALL FOR ONE

ひとりはみんなのために
みんなはひとりのために