

2015 ロアッソ熊本サマーキャンプ 日程表

日程表 会場:ネコックス 熊本県高森町

時間	1日目:8月21日(金)	2日目:8月22日(金)
6:00		6:20 起床
		6:30 散歩・体操
7:00		7:00 朝食
8:00		休憩・準備
9:00	県民総合運動公園スポーツ広場駐車場 8:50集合・9:00出発	トレーニング(ネコックスG)予定 8:30～10:00
10:00	ネコックス到着(高森)	やまめの掴み取り
	オリエンテーション	
11:00	水鉄砲作成～対戦	移動
12:00		そうめん流しの作成～そうめん流し
13:00	昼食※お弁当	休憩
14:00	休憩・TRの準備	高SPOと練習試合予定 14:00～16:30
15:00	トレーニング(ネコックスG)予定 15:00～16:30	
16:00	休憩・温泉の準備	移動準備
17:00	入浴(高森温泉)	17:00ネコックス出発
18:00	ネコックスへ移動	県民総合運動公園スポーツ広場駐車場 18:00到着
19:00	手作りカレーライス&バーベキュー	18:30解散
20:00	休憩	
21:00	レクリエーション	
22:00	就寝	
23:00		
0:00		

※日程は天候等の関係で変更する場合があります。

1日目 中のレクリエーションと外のレクリエーションを考える
外の場合、キャンプファイヤーと花火

そうめん流しのコップ作成
萱で箸作り