

柏ラグビースクール夏合宿持ち物チェックシート

	項目		チェック	記名	備考
1	バック大				着替え等荷物入れ用
2	バック小				飲み物、おやつ、財布等手持ち用
3	練習着・上下・ソックス	7/23AM			集合時に着用
4	練習着・上下・ソックス	7/23PM			
5	練習着・上下・ソックス	7/24AM			
6	パジャマ				
7	室内着				
8	帰りの普段着				
9	着替え予備				多め
10	涼しい時用上着				トレーナー、パーカー等
11	汗拭き用タオル				
12	入浴用タオル				
13	入浴用バスタオル				
14	歯磨きセット				石鹸・シャンプーはあります
15	スパイク				
16	室内履き				上履きorスリッパ
17	屋外履き				サンダルor運動靴
18	ヘッドキャップ				
19	帽子				
20	その他ラグビー用具				マウスガード・サポーター等
21	往きの車中での飲み物	ペットボトル		/	水筒不可、捨てられる容器で
22	保険証又はコピー			/	任意にて自己管理
23	酔い止め				必要に応じて
24	お小遣い	財布に記名			1000円程度
25	オヤツ			/	少量
26	ゴミ袋			/	
27	虫除けスプレー				
28	虫刺され薬				
29	懐中電灯				
30	ゲーム機				禁止 、持ってこないで下さい