

# 持ち物・注意点

## 『持ち物』

1. ユニフォーム一式（ホーム&アウェイ）+チームジャージ
2. サッカーシューズ（スパイク・トレーニングシューズ）
3. レガース（すね当て）、ボール
4. 部屋着（パジャマ等）、帰りの着替え
5. タオル（バスタオル・浴用タオル・洗顔タオル）
6. 洗面用具（歯ブラシ・シャンプー等）
7. ビニール袋（汚れ物・ゴミ等）
8. ハンカチ、ちり紙
9. 洗濯ネット（名前とチーム名を書いて下さい）
10. 常備薬（必要な場合）
11. エチケット袋
12. お小遣い \*個人で管理して頂きます。常識の範囲内で持たせて下さい。
13. 水筒
14. 初日16日（土）のお弁当（使い捨て容器でお願い致します。）
15. サッカーノート&筆記用具
16. 遠征しおり

\*初日16日のお弁当を、忘れずに持参して下さい。

\*全ての持ち物に必ずチーム名、名前（フルネーム）を書いて下さい。

## 『注意点』

1. 16日（土）の集合時はトリプレッタジャージでお願い致します。
2. サッカー選手の足を守る為、サンダル履きは禁止です。
3. グラウンドでの飲み物は、各自水筒を準備させます。  
\*スポーツドリンクの粉末などは各自準備して下さい。
4. 宿泊施設先でも元気よく挨拶も忘れずに！！
5. サッカーの遠征に行く為、ゲーム機等の持ち込みは一切禁止です。
6. 今回の遠征は大会になります。積極的なチャレンジをしよう！！
7. 初日のお弁当は食べやすいおにぎり等がベストです。
8. 雨天の可能性もあるので、長袖の上下、雨具の用意を忘れずに！！
9. 徒歩での移動もあるので、出来る限り荷物は少なめに準備して下さい。

『自分の荷物は自分で準備してみよう！！』