

2025 婦恋合宿 持ち物リスト

試合用バッグ（いつもの試合のバッグ）	<input checked="" type="checkbox"/>	旅行用バッグ	<input checked="" type="checkbox"/>
赤ユニ・白ユニ 白靴下 白アンダー		赤・白靴下 （予備があれば）	
キーパーはキーユニ・キーグロも準備		赤・白アンダー （予備があれば）	
スパイク		パジャマ・下着 1日分	
すねあて		バスタオル1枚・スポーツタオル2枚	
ボール		洗面用具 （歯ブラシ含む）	
水筒（大きいサイズ）		洗濯ネット1から2枚（大きく名前を書く）	
4 5 Lゴミ袋・スーパーのレジ袋・カップ		常備薬 （必要な人のみ）	
汗拭きタオル		ハンガー 洗濯用 （名前記入） 4本	
エチケット袋 往復分		靴をとめる洗濯ばさみ（名前記入）1個	
ハンカチ・ティッシュ		トランプ・UNOなど （なくてもOK）	
常備薬 （酔い止めなど）		マスク	
試合後の着替え 1日分		試合後の着替え1日分	
ウィダーインゼリー 2日分 （出発前に回収）		サッカーノート・筆記用具（ミーティング用）	
保険証コピー （親が同行しない人だけ朝回収）		お菓子 2日分 （多すぎないように）	
南郷トレーナー		お小遣い 1000円	
雨天時用 防寒着・タオル・着替え			

当日の服装 南郷Tシャツ・半ズボン・赤アンダー・赤サッカーソックス・トレシュー（運動靴）

- ☆水筒は蓋と本体、両方に記名してください
- ☆すべての持ち物に必ず名前を書いてください （同行する母の負担にならないように）
- ☆試合用リュック・旅行バックにも名前を書くか、ネームホルダーなどをつけてください
- ☆子供がわかりやすいように洗濯ネットや巾着などにお風呂セットや○日目着替えなどを作ってあげると子供がわかりやすいです
- ☆雨天時など気温が下がることがありますので防寒着を必ず持たせてください
- ☆保険証は親が同行する人は親が子供の保険証を保管しておいてください
- ☆同行しない人は保険証表裏コピーしたものを当日朝回収しますので準備をお願いします
- ☆マイナ保険証の方は資格確認書のコピーをお願いします