

2026年合宿最終案内

1. 実施日； 2024年6月13日（土）～14日（日）（1泊2日）
2. 場所；〒303-0045 茨城県常総市大塚戸町310「水街道 あすなろの里」電話；0297-27-3481
3. 参加者；宿泊者52名、日帰り10名 合計62名。（去年は宿泊74名、日帰り19名、計93名）

2026年参加者										単位人数
	宿泊者	部屋数	男	18才以上	小中	女	18才以上	小中	日帰り	参加者計
福島支部	7	2	4	2	2	3	1	2	4	11
昌武館	21	4	16	12	4	5	1	4	4	25
翔空手ク	8	2	6	4	2	2	0	2	0	8
子安支部	6	1	6	4	2	0	0	0	0	6
利根支部	10	3	7	4	3	3	0	3	2	12
計	52	12	39	26	13	13	2	11	10	62

4. 利用施設；①宿泊室C棟12室
 - ②学習棟・全面 13日 a m9時～p m5時=8h
 - ③学習棟・全面 14日 pm9時～p m12
 - ④研修棟の和室 13日夜 3部屋 pm7時～9時半
 - ⑤ 多目的広場の体育館側広場（雨天中止）無料
5. **集合**；13日（土）**am9時。直接 学習棟に集合**（入門後通路右手奥）
 - ・集合後、男子；学習棟、女子は研修棟で着替え。荷物は研修棟の隅に置く。
 - ・車は正門付近は駐車禁止。手前の第1駐車場か第2駐車場に置く
 - ・**am9.30 開式、am10.0 稽古開始。** 詳細スケジュールは別表。
6. **終了・解散**；14日（日）昼食後、午後1時前、中庭にて解散。
7. 食事；同敷地内「あすなろダイニング」団体席（向かって右端から入室する）。

事前に個数登録済み（参加費に含む。個別セルフです）。

献立メニュー 13日昼食；**カレーライス**、 夕食；**鶏から揚げ+エビフライ**

14日朝食；**和食**、 昼食；**和風ハンバーグ** 以上4食。
8. **宿泊室部屋割り**；**全12室**（1室10人収容の和室） 1階=花の名前、2階=鳥の名前

1階	りんどう	つくし	ゆり	あやめ	あざみ	たんぽぽ	すみれ
支部名	翔空男	翔空女	昌武館男	昌武館男	昌武館男	昌武館女	子安
人数	4（6）	2	←	16	⇒	5	6
2階	しらさぎ	きじ	ひばり	やまばと	よしきり		
支部名	利根男	利根女	利根男+	福島男	福島女		
人数	4	3	3+（2）	4	3		
			ひばり=利根3+翔子供2				

9. 入浴；展望大浴場 pm 5 時～pm 9 時（石鹸、シャンプーあり。タオルなし）

女子は浴槽工事中のため、シャワーのみ

10. 懇親会；子供・花火大会 場所 宿泊棟の裏、学習棟との外側（担当；翔空、林）

映画鑑賞 pm 7 時 30 分～9 時 15 分 研修棟（担当 中村）お菓子とジュース配布。

大人・懇親会 場所研修棟奥の和室 3 部屋 pm 7 時～9 時半（時間厳守）

（担当：昌武館・西ヶ谷、子安片見、青柳）**参加費 1000 円/人**当日現地で徴収。

11. 形稽古 Gr 分けと指導者

組手団体戦 8 組 Gr わけ（トーナメント表は別表）

（各組、名称があると盛り上がります。ex 赤ドラゴンなど）

	人数	指導者
黒帯	23	名古屋先生、昌武館
茶帯	9	昌武館
緑帯	6	北岡（見）
青帯	6	中村
黄帯	5	柳澤先生
白帯	3	柳澤先生
計	52	

	先鋒		中堅		大将	
1	上田楠	福	橋口大和	昌	大久保ひかり	利
2	荒井梧	昌	中村莉緒	福	福地香楽	翔
3	佐藤陽澄	福	青山大桜	昌	榛葉 理七	利
4	内山紗季	昌	渡部朱璃	福	石田華菜	翔
5	天野 孝祐	利	木村太結	子	杉山理央	昌
6	棚橋寛政	昌	天野 貴斗	利	石田 旬	翔
7	武内亜蘭	子	杉山慶	昌	田村 和	翔
8	馬場恒弥	福	宇田川楓雅	利	荒井ひかり	昌

12. 全体留意点

- ①正門**8時半開錠、午後5時閉錠**。閉錠後は右隅の木戸を使用。
- ②宿泊棟の使用時間は**pm1時～翌日 am10時、宿泊棟内は下足否**。
- ③**シーツ 2 枚、枕カバー 1 枚/人**は、各部屋で代表者がリネン室横のオレンジ色の棚から持っていく（**枚数間違えないように！**）。翌朝、青色のリネン回収袋にたたまずに返す。
- ④飲酒は**懇親会会場のみ**。宿泊部屋の飲水は OK。消灯午後 10 時。エアコン有。
- ⑤**洗面所にコップなし**（コロナ以降、各自持参となっています）。⑥**ゴミは持ち帰る**。
- ⑦その他；・給水ジャグ・昌武館 1、福島 1、利根 1（林） 計 3 基＝学習棟に置きます。
 - ・大型クーラー・昌武館、子安（青柳）⇒懇親会用
 - ・組手練習試合時の得点板セット（昌武館・西ヶ谷、福島・中村）
 - ・稽古時給水（スポーツドリンク、氷等）；（利根・榛葉）、救急薬品（林用意）
 - ・懇親会用意；昌武館（西ヶ谷） セッティングや片付けは皆で行います。
 - ・花火大会；購入・ろうそく用意（利根（林））、バケツ 2 個施設より借用
 - ・映画鑑賞；担当中村、お菓子とジュース（少年部 25 人分 林用意）
 - ・**緊急時**；施設員が当直室に常駐（17 時～翌 8.30）

宿泊者個人持ち物：

<ul style="list-style-type: none"> ・空手道着上下、Tシャツ（着替えも）、組手用具 1 セット（名前を入れること） ・寝具（パジャマ、ジャージなど）、洗面用具（コップは施設になし）、入浴時のタオル、熱中症予防具、かゆみ止めなど
--

組手団体戦；支部を分解し学年をベースにして編成。Gr 名をつけて皆で応援する！

審判；	A	西ヶ谷	中村、（外川）、北岡（見）、青柳、師岡
	B	柳沢	原、吉岡、片見、秦大和、藤野弘之
係員；	一般黒帯、付添父母; 2コート 計6人		

トーナメント 1位～3位賞状（担当 中村）、勝敗決定しても3人まで行う。1分4ポイント先取

本戦	先鋒	中堅	大将	利	翔	昌	子	利	翔	昌
	1	上田楠 福	橋口大和 昌	大久保ひかり	利					
Aコート	2	荒井梧 昌	中村莉緒 福	福地香楽	翔					
	3	佐藤陽澄 福	青山大桜 昌	榛葉 理七	利					
	4	内山紗季 昌	渡部朱璃 福	石田華菜	翔					
	5	天野 孝祐 利	木村太結 子	杉山理央	昌					
Bコート	6	棚橋寛政 昌	天野 貴斗 利	石田 旬	翔					
	7	武内亜蘭 子	杉山慶 昌	田村 和	翔					
	8	馬場恒弥 福	宇田川楓雅 利	荒井ひかり	昌					
<hr/>										
3位決定戦										
Aコート										
<hr/>										
1回戦の敗者戦										
Bコート										
(時間を見て ABコートで実施)										

合同合宿スケジュール(当日の状況により変更有り)

6月13日(土)

	時刻	場所	備 考		
集合	9.00	学習棟	入門後、学習棟に直行し、男子；館内で着替え 女子；研修棟で着替え。荷物は男女とも研修棟へ置く。 支部で点呼し林へ報告。林は事務所へ報告。		
開式	9.30		開式	全員支部ごとに縦に整列	林
			挨拶（荒先生）、師範及び各支部紹介。スケジュール、留意点		
開始	9.45		稽古開始	準備体操	全員
				アップ	全員
	10.15		基本・移動	利根（秦、林）	
終了	11.45		手洗い、食堂・昼食11時50分より用意		
昼食	12時～1時	レストラン	昼食と休憩	12.50林が事務室より宿泊室の鍵を受け、各支部へ渡す。全員 宿泊室（pm 1 時開錠）へ荷物を持って移動。	
稽古開始	1時30分	学習棟	形稽古	帯Gr別に分かれ形の稽古。1.5 h 学習棟狭いので、外（体育館寄り）も使う。 雨天の場合は交代など考慮	
	3.30～4.30		形の練習試合	少年部主体に2コートに分かれ任意に行う。	
集合写真	4.30		全員で集合写真		
終了	4.45		宿泊室に戻る。着替え、各部屋のシーツ2枚、枕カバー1枚を		
	5.00～6.00	入浴、休憩	取りに行く。	入浴（女子は浴槽修理中。シャワーのみ）	
夕食	6.00～7.00	レストラン			
懇親	7.00～9.30	子供； 映画鑑賞 大人希望者	宿泊棟裏で花火（約20分）。担当 翔空、林 [いろり]のある研修棟 pm7.45－9.15 担当中村。お菓子 懇親会・研修棟奥の和室2室 担当 昌武館、子安 参加費1000円/人、現地にて徴収。		
消灯	10.00	消灯、就寝			

6月14日(日)

	時刻	場所	備 考		
起床	6.30		参加費集金 利根（林）、西ヶ谷		
朝食	7.00～8.00	レストラン	食事後、部屋掃除、整頓。シーツ、枕カバー指定袋へ返却		
		部屋撤収	荷物をもって研修棟に置く。 部屋の鍵を林に集結。鍵はかけない。林へ集結。		
稽古	9.00～10.00	学習棟	組手基本；荒先生・中村、利根（秦大和）、		
	10～11. 50	学習棟	組手団体戦トーナメント（敗者戦も考慮）1～3位賞状 大人は任意に空き時間を見て個人戦を行う。		
昼食	12.00～13.00	レストラン			
解散	12.50頃	昼食・休憩。中庭に集結して挨拶後解散			