

# 中学、一般部合宿

夏合宿は時間を掛けてたくさん稽古ができる絶好の機会。技を習い性にするには型を忘れるまで徹底した身体を動かす事が必要ですね。夏の暑さを吹き飛ばす気力を、解放感を、技や受身の広がりにつなげましょう。

テーマは**合わせ**です。夏に、相手に、技に、自分の体力に、自然に、全てに方向性を合わせると一歩先の自分に成長できるはず。夏でも比較的涼しい河口湖で、心身ともに解放し、技術も心も大いに伸びる夏にしましょう。

日程：8/17(金)、18(土)、19(日)

場所：山梨県河口湖「ぎんせん」

山梨県南都留郡富士河口湖町小立 81

会費：全日 38,000 円(高校生 37,000 円)

金土 19,500 円( " 19,000 円)(土曜日の昼食まで)

土日 22,500 円( " 21,000 円)(土曜日の午後練習から)

中学生 35,000 円(全日)

出席点：1泊20点、2泊40点

