

令和6年5月15日

所属長 殿

一般社団法人東京都レスリング協会  
会 長 松 浪 健 四 郎

### 令和6年度東京都レスリング協会ジュニア強化合宿について

向暑の候 皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。また、本協会の事業に対して日頃よりご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

さて、夏季強化合宿を例年通り下記日程で実施いたしますので、各選手、ご家族様にご連絡お願いいたします。

#### 記

- 1 期 日 令和6年7月21日(日)8時集合～7月24日(水)16時解散予定
- 2 集合場所 東急東横線中目黒駅前 (貸し切りバス)  
解散場所 同 上
- 3 練習会場 静岡県東伊豆町立体育センター  
静岡県賀茂郡東伊豆町稲取3348-19
- 4 宿泊場所 伊豆稲取温泉かつまる 静岡県賀茂郡東伊豆町稲取カラ沢台3011-183  
糀屋旅館 〃 東伊豆町稲取375  
ペンションマスカレード 〃 東伊豆町稲取2887-4
- 5 費 用 保険費用・雑費含む 10,000円
- 6 練習内容 (ア) 基本的な技術練習  
(イ) 実戦練習  
(ウ) その他 (アンチドーピング、メンタルトレーニング指導、栄養指導)
- 7 日 程 起 床 06時30分  
朝 練 習 07時00分～09時30分 10時頃食事  
午後練習 14時30分～17時30分 18時頃食事  
研 修 20時00分～21時30分 消灯
- 8 医療関係 今井浜病院・熱川温泉病院
- 9 その他 各自生活に必要なものは持参すること (小遣い・常備薬) 等

以上