

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国民スポーツ大会強化合宿について

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御理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

さて、例年通り夏季強化合宿を下記の通り実施いたしますので、各選手、ご家族様にご連絡をお願いいたします。

### 記

- 1 期 日 令和6年8月8日（木） 7時集合 8時出発 9時45分着予定  
8月11日（日） 16時出発 17時45分着予定
- 2 集合場所 東海汽船竹芝客船ターミナル  
解散場所 同 上
- 3 練習会場 東京都大島高等学校  
東京都大島町元町八重の水127
- 4 宿泊場所 ホテル バームビーチ
- 5 病 院 大島医療センター
- 6 費 用 保険費用・雑費含む 10,000円
- 7 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・ドーピング講習会、  
メンタルトレーニング指導、栄養指導)
- 8 日 程 起 床 06時30分  
朝 練習 07時00分 ~09時30分 食 事  
午後練習 14時30分 ~17時30分 食 事  
研 修 20時00分 ~21時30分 消 灯
- 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