

GUETO CAPOEIRA 子ども合宿

日時 令和8年9月19日（日）～9月20日（月祝） 1泊2日 127名参加

場所 医王山スポーツセンター
(石川県金沢市田島町よ27甲 TEL 076-229-1591)

服装 1日目 バチザードTシャツ ・ 白カウサ（ズボン）又はゲト黒カウサ
2日目 ゲトユニフォーム（ゲト白Tシャツ・白カウサ） ・ 帯（ある方）

持ち物 ※楽器は不要です。 ※Switchなどゲーム機器は持ち込み禁止です。

- ☐ ゲト白公式Tシャツ
- ☐ ゲト白カウサ
- ☐ 2026バチザードTシャツ（無い方は他のイベントTシャツ等）
- ☐ 帯（ある方）
- ☐ 室内シューズ（館内の移動に使用）
- ☐ 寝間着（パジャマ）
- ☐ 歯磨きセット
- ☐ 下着・靴下・帰りの着替え
- ☐ タオル・バスタオル
- ☐ 洗面用具（シャンプー・ボディーソープなど） ※館内にシャンプーや石鹸などの備え付けがありません
- ☐ 水筒・2日目の飲み物（館内に自動販売機が有るので購入は可能です）
- ☐ ビニール袋（着替えを入れる袋・ゴミ袋として）
- ☐ 羽織るもの（パーカーや長袖など） ※夜間・早朝など肌寒くなる可能性が有ります。

※全ての持ち物に名前を記入してください。ペットボトルにも記名をお願いします

日程 ※時間や内容が一部変更になる場合があります
※13時まで施設の中に入ることができません。

時間	1日目（9月19日）	時間	2日目（9月20日）
13:00	受付開始(1階 ロビー) 13:15までに	6:30	起床・洗面・着替え
13:30	オリエンテーション (1階 第一体育館)	7:30	朝食 (3階 食堂)
14:00	バルーン体験・練習・運動会	8:30	掃除・荷物整理
17:30	部屋に移動	9:00	クライミングなど(第1体育館)
18:00	夕食 (3階食堂)	9:50	練習
18:50	入浴(2階) シャワー(1階)	10:25	ドッジボール
20:40	レクレーション(1階第体育館)	10:50	ホーダ
21:00	歯磨き・自由時間	12:00	昼食
22:00	就寝	13:00	解散

＊【バルーンパフォーマーのファンキーさんが来てくれます】

合宿では、カポエイラと違った遊びも取り入れております。

今回は、今年7月に沖縄から金沢へ移住された、

バルーンパフォーマーのファンキーさんを招いて、ミニショーと、簡単なバルーン作りを行います。

『ABCアートバルーンキューピット』

幅広いアートなバルーン制作や、バルーン教室、出張イベントなども行っています。

HPはコチラ



< 1日目 > ※スケジュール詳細

※現時点では施設付近での熊の目撃情報は無いようですが、ご注意ください。

①13:00 受付開始 ※13時15分までにお越しください

※13時まで施設の中に入ることができません。

②着替えて荷物を持ち、体育館へ。 名前シールを貼りグループごとに並びます。

(石川・高岡メンバーはユニフォーム (パチザードTシャツ・カウサ) でお越しください)

④13:30 オリエンテーション・施設の説明 (第1体育館)

⑤14:00 ※当日の状況により時間や内容が変更となる場合があります。

①14:00-15:10 バルーンショー・バルーンワークショップ (第2体育館)

②15:30-16:00 カポエイラ動き練習① (第1・2体育館)

③16:10-17:30 運動会 (第2体育館)

⑥グループごとに荷物を持って部屋に移動

⑦シーツなど持ってくる (1階シーツ室) 布団準備。

⑧18:00-18:50 3階食堂で夕食

⑨18:50-20:20 お風呂 (子供)

<女子>

①18:50-19:20 新潟・長岡

②19:10-19:40 神奈川・東京・千葉

③19:30-20:00 大阪・高岡

④19:50-20:30 金沢・能美

<男子>

①18:50-19:20 新潟

②19:10-19:40 長岡・上越・名古屋・高岡・大阪

③19:30-20:00 神奈川・東京・千葉・能美

④19:50-20:30 金沢

⑩20:40-21:00 レクリエーション 1階第一体育館

★ 歯磨き・就寝準備 22:00 就寝

※体育館の使用は21時までです。

お風呂の時間以外は自由時間になります。

第1体育館の使用は可能ですが、ケガのないよう、安全にご利用ください。

(※卓球・クライミングは使用不可です)

< 2日目 >

①6:30-7:30 起床・洗面・着替え・荷物をまとめる

②7:30-8:30 朝食 (3階食堂)

③シーツ片付け・部屋・廊下掃除

★荷物を持って1階第一体育館に集合

④9:00 1階体育館 ※当日の状況により時間や内容が変更となる場合があります。

① 9:00- 9:40 クライミングなど (第1体育館)

② 9:50- 10:20 カポエイラ動き練習② (第1・2体育館使用)

③10:25- 10:40 ドッジボール

④10:50- 11:30 ホーダ (第2体育館)

⑤集合写真 ※荷物を全て階段下に移動してから食堂へ

⑥12:00-13:00 昼食 (3階食堂)

13:00 解散 ※午後からは施設全てにおいて使用はできませんので、昼食後は速やかに施設よりご退出くださいますようお願いいたします。

※お迎えの保護者の皆さまは、1階ロビーにてお待ちください。

注意事項

- ・合宿では各支部の講師が集まり、レベルに分けて指導いたします。
- ・宿泊部屋は各支部・各学年が混ざります。
上級生はリーダーとなりますが、各部屋に講師も担当で見守りますので
困ったこと、分からない事がありましたら気軽に相談してください。
(女性部屋は女性の講師が担当しますので体調面などで不安な事があればご相談ください。
1階シャワールームを利用の際は部屋の担当講師にお伝えください)
- ・保護者の方は練習の見学が可能です。
(付き添いの小さなお子様が練習の妨げにならないよう、ご配慮をお願いいたします)
- ・体育館、宿泊部屋などは水分補給以外の飲食は禁止です。
- ・少量のお菓子の持ち込みは可能ですが、お部屋では飲食禁止です。(講師が見回ります)
ロビーのみ飲食可能です。
ゴミは必ず各自持ち帰ってください(ゴミ袋持参)
- ・施設内には自動販売機があります。2日目の飲み物もご用意いただくか、自動販売機を
ご利用の際は、必要以上の金銭をお持ちにならないようお願いいたします。
- ・毎年、水筒・洗面具、タオルなどの忘れ物がとても多いです。
名前が無い場合、処分となりますので、必ず持ち物には全て名前を記入してください。
- ・館内では必ず室内シューズ・スリッパなどを履いて移動してください。
(施設にスリッパはありませんので、見学の方もご持参ください)
- ・施設は山の方にあります。朝晩や肌寒く感じる場合がありますので、年のため羽織る服を
ご用意ください。
- ・浴場には、シャンプーなどの備え付けがありませんのでご持参お願いします。
- ・合宿における傷病は応急処置のみとし、スポーツ保険の範囲内とします。
- ・当日体調に異変があった場合、無理はせず直ぐに申し出てください。
合宿中に怪我や体調不良などがあった場合は、講師より保護者の方へご連絡させていただ
きます。お電話に出れるようご協力をお願いいたします。
- ・9月18日(金)よりキャンセル料が発生します。
- ・必要以上の現金、貴重品は持ち込まないようにお願いします。
盗難・紛失等の際は、一切責任を負いませんので予めご了承ください。
- ・Switchなどのゲーム機器の持ち込みは禁止とします。
- ・合宿中、「はいチーズ!」のカメラマンが撮影に入ります。
撮影した写真は後日オンラインにてご購入いただけます。
合宿最終日に詳細を記載したチラシを参加者の皆さまに配布します。

連絡先

- ・マッチ(池崎) 携帯: 080-5843-9866
メール: gueto.capoeira.japao@gmail.com
又は、各支部代表までお願いいたします。



受付入口はコチラです（本館）

<駐車場>

Pの場所に駐車してください。



※合宿では、第1・2体育館を使用します。
運動会・ホーダは第2体育館で行う予定です。
第2体育館は外の専用入口からも入れます。



団体用、下足棚
当日決められた場所にくつを置いて
ください。

医王山スポーツセンター館内配置図

3 階

食堂・宿泊室9室
大研修室・小研修室・控室

2 階

事務室・受付・所長室
小研修室・控室
来客玄関
宿泊室9室・浴室

1 階

団体出入口・団体下足室
多目的トイレ
更衣室・シャワー室
宿泊室9室・シーツ室
談話室・ミーティングルーム
当直室

