

港区合気会 秋期合宿のお知らせ

毎年恒例の勝浦合宿を下記の通り執り行いたいと思います。
尚、合宿の翌日は、港区スポーツ祭りで合気道初心者講習会も開催されます。

日程 2015年10月10日(土)～10月11日(日)
場所 日本武道館研修センター
〒299-5231 千葉県勝浦市沢倉 582 財団法人日本武道館
TEL 0470-73-2111

交通

往路-1 3,800円 1時間49分
09:41 JR 田町駅(山手線) → 09:50 JR 東京駅
10:00 JR 東京駅(わかしお5号) → 11:30 JR 勝浦駅

往路-2 1,940円 2時間4分
08:30 JR 田町駅(山手線) → 08:38 JR 東京駅
08:48 JR 東京駅(総武線快速) → 10:11 JR 上総一ノ宮駅
10:15 JR 上総一ノ宮駅(外房線) → 10:49 JR 勝浦駅

復路-1 1,940円 2時間23分
12:26 JR 勝浦駅(外房線) → 13:41 JR 蘇我駅
13:50 JR 蘇我駅(京葉線快速) → 14:33 JR 東京駅
13:43 JR 東京駅(京浜東北線) → 14:49 JR 田町駅

復路-2 1,940円 2時間21分
13:27 JR 勝浦駅(外房線) → 14:41 JR 蘇我駅
14:50 JR 蘇我駅(京葉線快速) → 15:31 JR 東京駅
15:41 JR 東京駅(京浜東北線) → 15:48 JR 田町駅

予定 10月10日(土)
12:00～13:00 勝浦センターにて昼食
13:00～14:30 稽古-1 基本技-1
15:30～17:00 稽古-2 応用技
17:00～18:00 入浴・買い出し
18:00～ 夕食
20:00～ 座技

10月11日(日)
06:30～08:00 稽古-3 基本技-2
08:00～09:30 朝食・自由時間
09:30～11:00 稽古-4 審査対策
11:00～12:00 入浴(シャワーのみ)・帰宅準備

予算 13,000円～15,000円(交通費別)
【内訳】
・宿泊費 5,832円～6,372円(部屋によって異なります)
・昼食 972円×2回=1,944円
・BBQ料金 1,944円
・懇親会費 3,000円位

※ 申込の関係上、9月25日(金)の稽古時迄に参加の連絡をお願い致します。

日本武道館研修センター案内図（徒歩）

東京～勝浦
 特急「わかしお」で約1時間30分
 勝浦駅から徒歩約15分
 （徒歩の場合は、近道をご利用下さい）

Tokyo～Katsuura
 for 90 min by Keiyo Line
 express WAKASHIO.
 Katsuura～Budokan
 for 15 min on foot.
 (take a short cut)

