

BBK 菅平夏合宿 2025

しおり

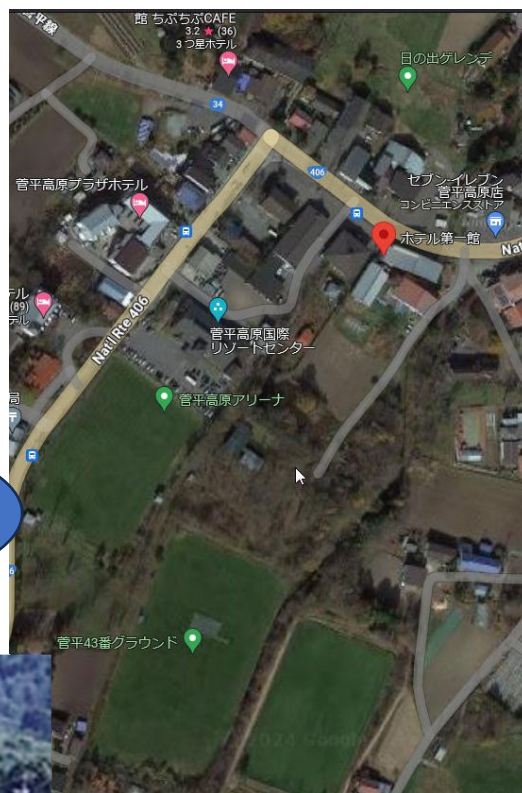
2025/7/25(金)~2025/7/26(土)~2025/7/27(日)

7/25 バス往路 【集合】6:30 JR浅草橋駅東口階段下ル 【出発】7:00 【到着】11:00 菅平高原	7/27 バス復路 【出発】16:00 菅平高原 【到着】20:00 JR 浅草橋駅 【解散】20:30
---	--

【宿泊先】ホテル第一館(菅平高原)
〒386-2201
長野県小県郡真田町菅平高原
TEL(0268)74-2030
FAX(0268)74-2127
<http://www.ued.janis.or.jp/~dai1kan/>

【BBK菅平夏合宿 参加チーム】
しながわバンブーRC
文京RS
葛飾RS

ホテル第一館
昨年と同じ宿です。



【緊急連絡先】BBK事務局
鈴木 剛(090-1032-8763)
近藤 光保(090-2304-9160)

バス配車場所 集合解散場所：

JR 浅草橋駅東口階段下ル

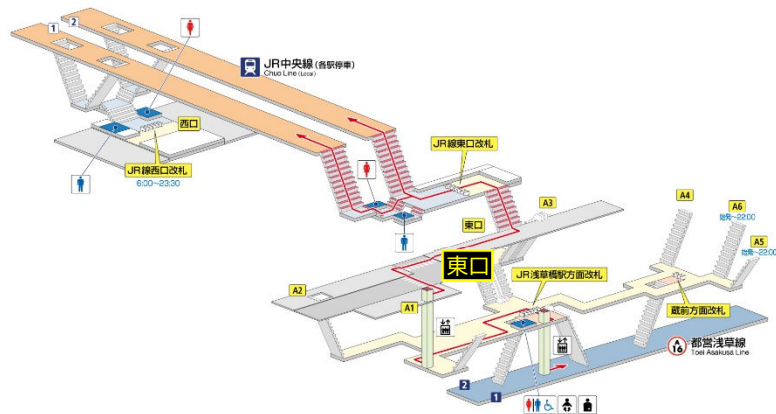
都営地下鉄浅草線浅草橋駅 JR 東口



バス配車情報

6:45 搬入・搭乗開始

7:00 出発



バス利用者リスト 48名

	氏名		往路 バス	復路 バス		氏名		往路 バス	復路 バス
1	鈴木	剛	○	○	1	鎌田	英輔	○	○
2	阿久根	潤	○	○	2	宇佐見	航介	○	○
3	中澤	健太郎	○	○	3	関川	昂優	○	○
4	伊禮	慎哉	○	○	4	宮阪	悠斗	○	○
5	入江	聡彦	○	○	5	藤本	衣勇	○	○
6	嶋方	拓郎	○	○	6	立島	佑都	○	○
7	村上	遼真	○	○	7	市田	遼佑	○	○
8	深山	順司	○	○	8	須藤	賢太郎	○	○
9	大野	雅宏	○	○	9	細川	瑞貴	○	○
10	近藤	光保	○	○	10	大石	仁之助	○	○
11	藤浪	陽一郎	○	○	11	三ツ橋	央真	○	○
12	池田	宏貴	○	○	12	嶋方	凜太郎	○	○
13	古谷	崇	○	○	13	深山	慶太	○	○
14	山下	晃弘	○	○	14	渡邊	大貴	○	○
15	吉澤	友之	○	○	15	畑野	權人	○	○
16	蘭丸	祖母	○	○	16	月岡	喜咲	○	○
		合計	16	16	17	遠藤	暖	○	○
					18	関	蘭丸	○	○
					19	新城	千春	○	○
					20	牛木	貴仁	○	○
					21	池田	吾朗	○	○
					22	大野	俊太郎	○	○
					23	大日方	龍之介	○	○
					24	近藤	銀時	○	○
					25	末安	太陽	○	○
					26	田中	優斗	○	○
					27	中山	昊	○	○
					28	古谷	翠	○	○
					29	松本	晴矢	○	○
					30	水野	太雅	○	○
					31	山下	蓮人	○	○
					32	吉澤	友憲	○	○
						合計		32	32

もくじ

◆合宿の目的	6
◆注意事項	6
◆持ち物	7
◆第一館 館内案内図	8
◆第一館本館 案内図	9
◆第一館東館 案内図	10
◆第一館西館 案内図	11
◆メンバー部屋割り	12
◆コーチ部屋割り	13
◆合宿生活心得	14
◆担当コーチ	15
◆合宿スケジュール	16
◆ジャンボリー大会スケジュール	19
◆交流戦スケジュール	20
◆菅平高原グラウンドマップ	21
◆スポーツランド サニアパーク (菅平ジャンボリー大会 会場)	22

◆合宿の目的

合宿の醍醐味は、仲間と同じ場所で寝起きし、同じものを食べ、同じ時間を過ごすことです。

ラグビーを通じて、異なる価値観を持っているかもしれない仲間を知ることができる、大きなチャンスです。

また、自分自身の心と身体を成長させる大きなキッカケでもあります。



お互いの個人目標を共有し、達成度に文句を言える仲間になろう！



◀43番グラウンド

◆注意事項

1. 手洗いやうがい、手指消毒を励行します。
2. 携帯端末(携帯電話、スマートフォン、タブレット端末、ノートPCなど)を宿舎に持ち込むことは可能ですが、合宿期間中は自室内のみで利用可能とします。
3. 自室内であっても、携帯端末でゲーム、または、ゲームに類すると判断されるもの、ゲーム関連の動画再生、および、視聴を禁じます。
4. 歩行中、食事中などに携帯端末を使用することを禁止します。
5. 貴重品に類するものの管理は自己管理を基本とします。なお、屋外練習時などで宿を離れる際は、生活担当コーチに保管してもらうことができます。
6. 指示があった際は速やかにマスクを着用できるよう常に所持します。

◆持ち物リスト

2泊3日分を想定し、準備してください。

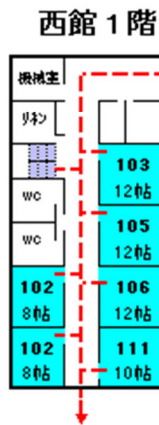
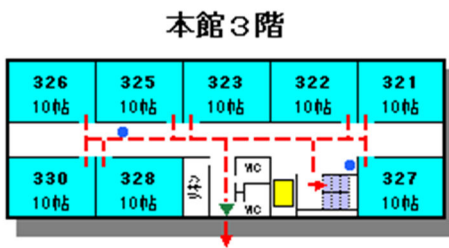
また、各持ち物には必ず「名前」を書いてください！

<input type="checkbox"/> ヘッドキャップ	<input type="checkbox"/> 部屋着
<input type="checkbox"/> マウスピース	<input type="checkbox"/> バスタオル
<input type="checkbox"/> スパイク	<input type="checkbox"/> お風呂セット
<input type="checkbox"/> シューズケース	<input type="checkbox"/> 洗面用具
<input type="checkbox"/> アップシューズ	<input type="checkbox"/> 歯磨きセット ※歯ブラシ、歯磨き粉など
<input type="checkbox"/> ストッキング	<input type="checkbox"/> 携帯端末 ※必須ではありません
<input type="checkbox"/> 短パン	<input type="checkbox"/> 常備薬
<input type="checkbox"/> 大きめの水筒	<input type="checkbox"/> 下着
<input type="checkbox"/> 練習着	<input type="checkbox"/> 学習教材、筆記具 ※必須です
<input type="checkbox"/> 帽子(熱中症対策のため)	<input type="checkbox"/> ラグビーノート
<input type="checkbox"/> マスク	<input type="checkbox"/> 競技規則 ※持っている人だけ
<input type="checkbox"/> 雨具、雨除けのゴミ袋 ※傘、雨合羽、ウィンドブレーカーなど	<input type="checkbox"/> おやつ
<input type="checkbox"/> ビニールシート(敷物)	<input type="checkbox"/> 体温計 ※持っている人だけ
<input type="checkbox"/> 移動用バックパック ※キャップ、スパイク、マウピース、着替え、 タオルなどをに入れて、宿とグラウンド間 を移動します。	<input type="checkbox"/> 宿舎内用スリッパ
<input type="checkbox"/> ジャンボリー用保護者承諾書 ※全員	<input type="checkbox"/> JR浅草橋駅までの交通費+α ※おみやげや補食の購入費
<input type="checkbox"/> 健康保険証 ※全員(各自で管理！)	<input type="checkbox"/> ボール
<input type="checkbox"/> 氷嚢 ※初日の昼食を冷やします。	<input type="checkbox"/> コンタクトバッグ
<input type="checkbox"/> 初日の弁当(昼食) ※氷嚢で冷やして持参します。	<input type="checkbox"/> マーカー
	<input type="checkbox"/> 水筒キャリーバッグ
	<input type="checkbox"/> しおり

※到着後、「初日の昼食」を摂ります。

◆第一館

館内案内図



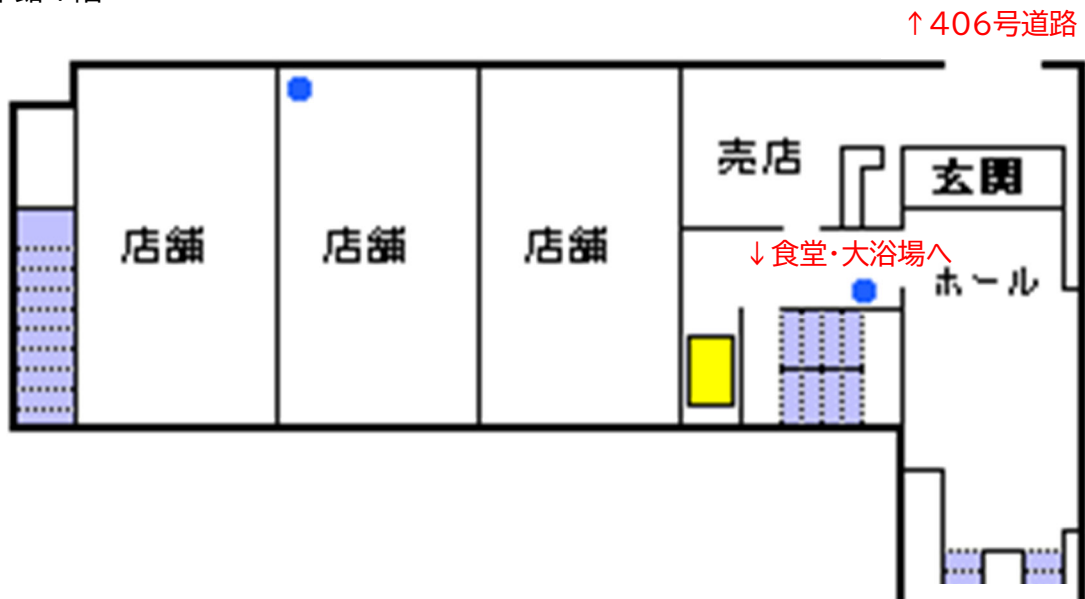
◀本館 1F 玄関ホール

本館 2F 食堂▶

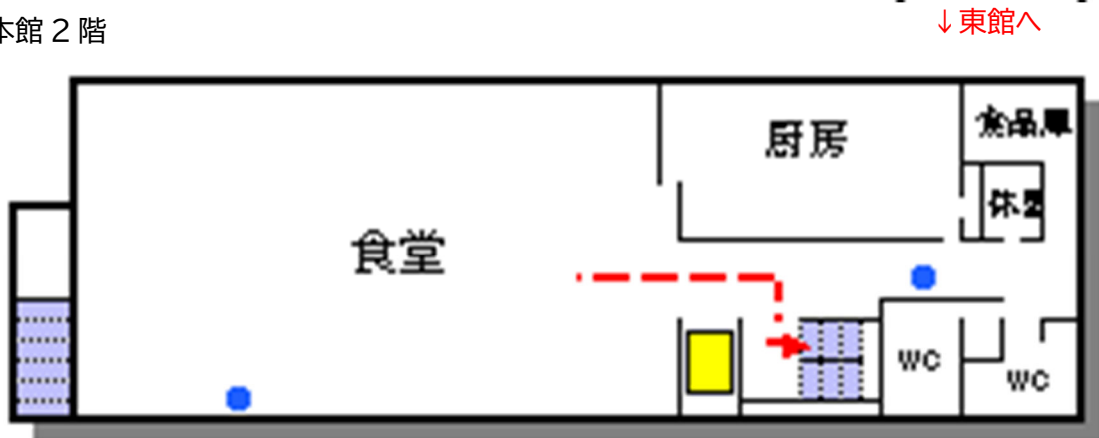


◆第一館本館 案内図

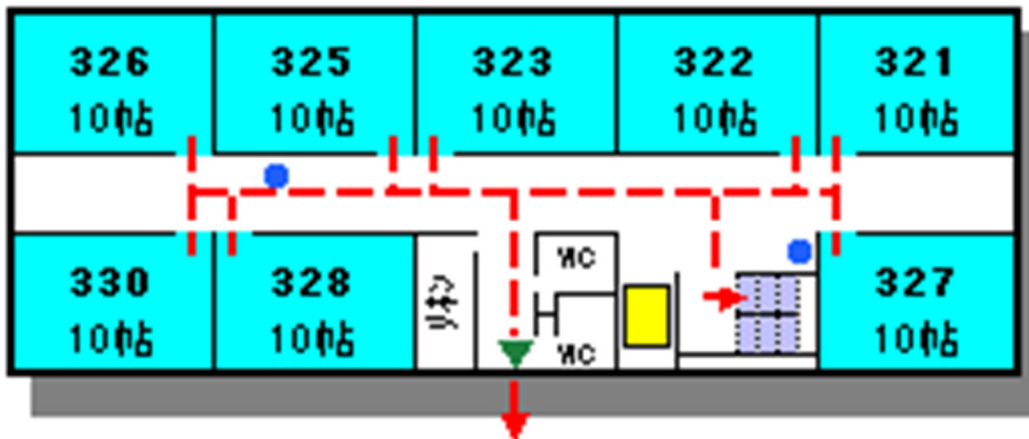
本館 1 階



本館 2 階



本館 3 階

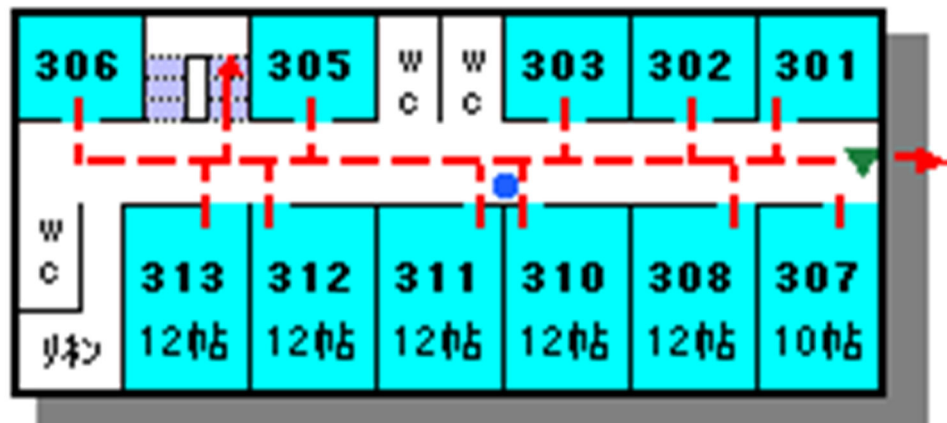


◆第一館東館 案内図

東館2階

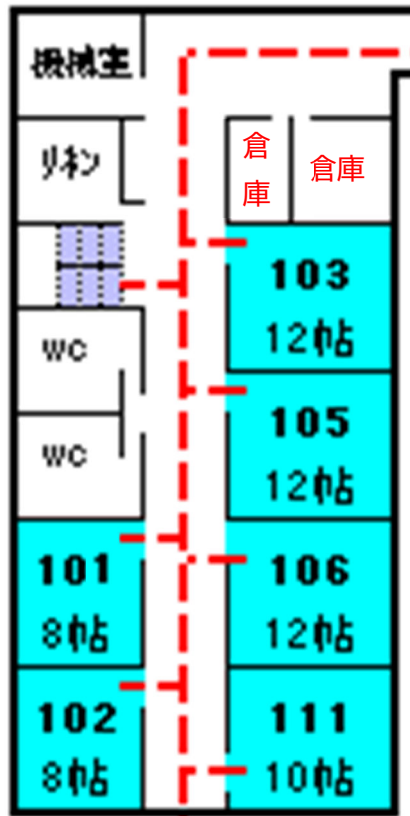


東館3階



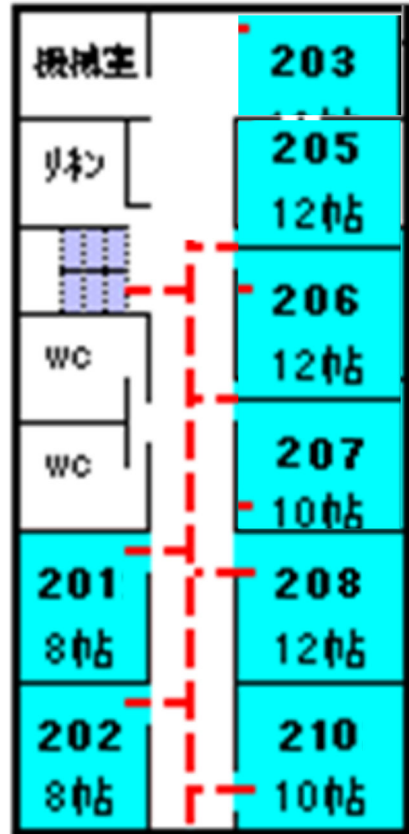
◆第一館西館 案内図

西館 1 階



屋外へ

西館 2 階



◆メンバー部屋割

部屋	321号室 6名	322号室 6名	323号室 6名	325号室 6名	327号室 7名
長	鎌田 英輔	宇佐見 航介	遠藤 暖	藤本 衣勇	深山 慶太
副長	立島 佑都	市田 遼佑	関川 昂優	牛木 貴仁	渡邊 大貴
	関 蘭丸	近藤 銀時	畑野 權人	須藤 健太郎	宮阪 悠斗
	大野 俊太郎	池田 吾朗	松本 晴矢	水野 太雅	月岡 喜咲
	山下 蓮人	三ツ橋 央真	田中 優斗	吉澤 友憲	嶋方 凜太郎
	大日方 龍之介	細川 瑞貴	古谷 翠	大石 仁之助	中山 昊
					未安 太陽

部屋	***号室 *名	***号室 *名	***号室 *名
長			
副長			

部屋	421号室 2名
長	蘭丸 祖母
副長	新城 千春

【部屋長心得】

部屋長は、

- ☑室内を清潔に保つよう指示すること
- ☑適宜、換気するよう指示すること
- ☑汚れた身体、練習着を部屋に持ち込まないよう指示すること
- ☑朝起きたら、布団を片付けるよう指示すること
- ☑合宿中、携帯端末でのゲーム、または、ゲーム関連動画の視聴を禁じること
- ☑最終日の朝、シーツ、布団カバー、枕カバーを畳んで廊下に出すよう指示すること
- ☑生活担当コーチに入浴時間を確認し、部屋メンバーに入浴の指示をすること
- ☑外出の際、貴重品を預ける人は「330号室」に持参すること

◆コ一子部屋割

部屋	326号室 4名	328号室 4名	330号室 4名※貴重品	422号室 5名	423号室 5名
長	阿久根 潤	大橋 太郎	竹内 明志	鈴木 剛	菊田 辰也
副長	深山 順司	中澤 健太郎	宮阪 啓太	入江 聡彦	伊禮 慎哉
	藤浪 陽一郎	大野 雅宏	梅澤 裕次	近藤 光保	渡辺 展希
	嶋方 拓郎	古谷 崇	水野 竜也	池田 宏貴	山下 晃弘
				吉澤 友之	村上 遼真

◆合宿生活心得

▶挨拶

- ☑聞こえない挨拶は、挨拶していないのと同じ。
- つねに元気よく大きな声で挨拶すること。

▶練習準備

- ☑移動用バックパックなどに練習用具を入れて移動すること

▶食事

- ☑スケジュールに記載の部屋番号ごとに配膳と食事後の片付けを行うこと

▶自学

- ☑夏休みの宿題など、各自が課題ごとの目標を考えてくること
- ☑自学時間の45分間は黙学し、集中力を鍛えること
- ☑各自が課題ごとの目標をクリアして合宿を終えること

▶ミーティング

- ☑各自、自分のこととして捉え、主体的であること
- ☑各自、発言を求められると思って参加すること
- ☑各自、大きな声で発言すること
- ☑意見を求められてから発言内容を考えることがないようにすること

▶入浴

- ☑湯船に入る前に身体を洗うこと
- ☑湯船に入ったら汗が出るまで十分に温まること
- ☑入浴後、浴室内のいすや湯桶などを整えること
- ☑327号室メンバーは、浴室や脱衣所にゴミや忘れ物がないかチェックすること



◀浴室

◆担当コーチ

	担当	内容	コーチ	ジャンボリー
U15	練習担当	練習メニュー作成 現場管理、ミーティング開催	阿久根(品川) 菊田(葛飾)	U15監督 U15コーチ
	生活担当	時間管理、入浴管理 感染症予防、生活指導	深山(文京) 宮阪(品川)	U15SA U15TJ
	配膳担当	食事運搬供給 配給方法調整	梅澤(葛飾) 入江(品川)	U15記録係
	用具担当	用具管理 搬入搬出指示、運搬方法調整	中澤(品川) 渡辺(品川)	U15コーチ
	渉外担当	対戦相手の調整 グラウンド調整 誘導、送迎、移動方法調整	菊田(葛飾) 鈴木(品川)	

	担当	内容	コーチ	ジャンボリー
U13	練習担当	練習メニュー作成 現場管理、ミーティング開催	大野(葛飾) 伊禮(品川)	U13コーチ U13コーチ
	生活担当	時間管理、入浴管理 感染症予防、生活指導	藤浪(葛飾) 池田(葛飾)	U13TJ
	配膳担当	食事運搬供給 配膳方法調整	渡辺(葛飾) 嶋方(品川)	
	用具担当	用具管理 搬入搬出指示、運搬方法調整	大橋(文京) 竹内(品川)	U13 記録係 U13SA
	渉外担当	対戦相手の調整 グラウンド調整 誘導、送迎、移動方法調整	菊田(葛飾) 近藤(葛飾)	U13監督

◆スケジュール

▶合宿初日 2025年7月25日(金)

6:30	JR 浅草橋駅集合 荷物預け入れ→バス乗車	U15	U13
7:00	浅草橋出発		
8:20	SAトイレ休憩		
9:40	SAトイレ休憩		
11:00	菅平高原到着 荷物受け取り 宿あいさつ→宿搬入 昼食準備		
12:00	昼食		
13:00	休憩 練習準備		
13:30	移動→W アップ	**グラウンド	**グラウンド
14:30	練習試合	町田・昭島 松本国際中	町田・昭島 松本国際中
17:00	入浴		
17:45	夕食準備※配膳321号室		
18:00	夕食※片付け321号室		
19:00	ミーティング		
20:00	自学準備		
20:15	自学		
21:00	入浴・洗濯 就寝準備		
22:00	就寝		

▶合宿中日 2025年7月26日(土)

5:30	起床	U15	U13
6:00	朝礼 朝練習		
6:45	朝食準備※配膳322号室		
7:00	朝食※片付け322号室		
		試合準備	
7:40	U15 移動開始	サニア B	
9:00	U15 ジャンボリー	東葛 RS	
11:45	昼食準備		
12:00	昼食		
			試合準備
12:45	U13 移動開始		ヴェルソア
14:05	U13 ジャンボリー		BBJ+流経大柏中学
14:15	U15 移動開始	サニア B	
15:35	U15 ジャンボリー	ゼルコバ仙台+レッ ドファイヤーズ	
17:00	入浴		
17:45	夕食準備※配膳323号室		
18:00	夕食※片付け323号室		
19:00	ミーティング		
20:00	自学準備		
20:15	自学		
21:00	入浴・洗濯 就寝準備		
22:00	就寝		

▶合宿末日 2025年7月27日(日)

5:30	起床	U15	U13
6:00	朝礼 朝練習		
6:45	朝食準備※配膳325号室		
7:00	朝食※片付け325号室		
7:30	休憩 荷造り 練習準備		
9:00	練習試合	66番G 横須賀RS 川口RS	66番G 横須賀RS 川口RS
10:15	U13 移動開始		ヴェルソア
11:35	U13 ジャンボリー		湘央RS
11:40	U15 移動開始	サニアD	
12:00	U13 昼食		
13:00	U15 ジャンボリー	埼玉県RS 南部合同	
13:50	U15 昼食		
14:30	シャワー? 荷物搬出→バスへ荷物搬入 出発まで自由行動		
16:00	宿あいさつ→菅平高原出発		
17:20	SATイレ休憩		
18:40	SATイレ休憩		
20:00	JR 浅草橋駅到着 荷物受け取り		
20:30	解散		

◆ジャンボリー大会スケジュール

※ ユニバーブは、アソシエーション制のユニバーブの編成

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ A, ユニバーブ B. Rows 1-10 listing various schools and their opponents.

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ C, ユニバーブ D. Rows 1-10 listing various schools and their opponents.

【3期】

<第27回東日本ジュニアラグビー普及ジャンボリー> 第1日目 2025年7月26日 (土)

※試合進行は変更することを想定していません。チームは対応できる準備はしてまいり。 ※組合は変更になることがありますが、変更の場合は当該チームにご連絡いたします。

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ A, ユニバーブ B. Rows 1-10 listing schools and opponents.

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ C, ユニバーブ D. Rows 1-10 listing schools and opponents.

<第27回東日本ジュニアラグビー普及ジャンボリー> 第2日目 2025年7月27日 (日)

※試合進行は変更することを想定していません。チームは対応できる準備はしてまいり。 ※組合は変更になることがありますが、変更の場合は当該チームにご連絡いたします。

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ A, ユニバーブ B. Rows 1-10 listing schools and opponents.

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ C, ユニバーブ D. Rows 1-10 listing schools and opponents.

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ A, ユニバーブ B. Rows 1-10 listing schools and opponents.

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ C, ユニバーブ D. Rows 1-10 listing schools and opponents.

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ A, ユニバーブ B. Rows 1-10 listing schools and opponents.

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ C, ユニバーブ D. Rows 1-10 listing schools and opponents.

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ A, ユニバーブ B. Rows 1-10 listing schools and opponents.

Table with 4 columns: No, KO, ユニバーブ C, ユニバーブ D. Rows 1-10 listing schools and opponents.

◆交流戦スケジュール

7/25(金)

PM	対戦相手(連絡先)	グラウンド
14:30~	町田・昭島、松本国際中	**グラウンド

7/26(土)

AM	対戦相手(連絡先)	グラウンド
9:00(U15)	東葛 RS	サニア B

PM	対戦相手(連絡先)	グラウンド
14:05(U13)	BBJ+流経大柏	ヴェルソア
15:35(U15)	仙台+レッドファイヤーズ	サニア B

7/27(日)

AM	対戦相手(連絡先)	グラウンド
9:00	横須賀 RS、川口 RS	66 番 G
11:35(U13)	湘央 RS	ヴェルソア

PM	対戦相手(連絡先)	グラウンド
13:00(U15)	埼玉県 RS 南部	サニア D

◆菅平高原グラウンドマップ

菅平高原グラウンドマップ

1 宿泊施設
2 観光バス乗り場
3 公共性車庫
4 温泉・湯治場
5 山頂
6 山頂
7 山頂
8 山頂
9 山頂
10 山頂
11 山頂
12 山頂
13 山頂
14 山頂
15 山頂
16 山頂
17 山頂
18 山頂
19 山頂
20 山頂
21 山頂
22 山頂
23 山頂
24 山頂
25 山頂
26 山頂
27 山頂
28 山頂
29 山頂
30 山頂
31 山頂
32 山頂
33 山頂
34 山頂
35 山頂
36 山頂
37 山頂
38 山頂
39 山頂
40 山頂
41 山頂
42 山頂
43 山頂
44 山頂
45 山頂
46 山頂
47 山頂
48 山頂
49 山頂
50 山頂
51 山頂
52 山頂
53 山頂
54 山頂
55 山頂
56 山頂
57 山頂
58 山頂
59 山頂
60 山頂
61 山頂
62 山頂
63 山頂
64 山頂
65 山頂
66 山頂
67 山頂
68 山頂
69 山頂
70 山頂
71 山頂
72 山頂
73 山頂
74 山頂
75 山頂
76 山頂
77 山頂
78 山頂
79 山頂
80 山頂
81 山頂
82 山頂
83 山頂
84 山頂
85 山頂
86 山頂
87 山頂
88 山頂
89 山頂
90 山頂
91 山頂
92 山頂
93 山頂
94 山頂
95 山頂
96 山頂
97 山頂
98 山頂
99 山頂
100 山頂

中央部拡大図

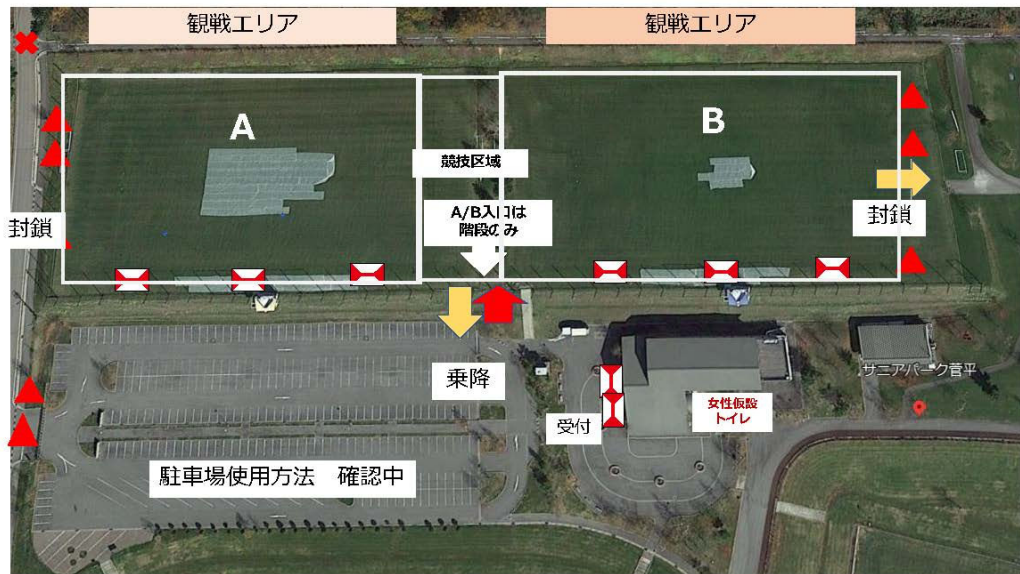
路上駐車禁止

宿泊に付いての相談は菅平高原旅館組合にご相談下さい。
TEL (0268)-74-2003 FAX (0268)-74-2353
ペンションご希望の方はペンション部ホームページ
<http://www.sugadaira.info/> を検索下さい。

ポイント名	NO	TEL(0268)
グリーンランド	1	74-2003
市街カラウンド	2	74-2003
サニア	3	61-7090
エーテルホテル	4, 5, 6, 7	74-2131
ホテル朝日	8	74-2661
佐久山荘	9	74-2072
菅平ホテル朝日	10	74-3737
菅平高原ロッジ	11	74-2175
菅平ホテル	12	74-2360
菅平ホテル	13	74-3411
菅平ホテル	14	74-2355
菅平ホテル	15	74-2533
菅平ホテル	16	74-2345
菅平ホテル	17	74-2100
菅平ホテル	18	74-2001
菅平ホテル	19	74-2628
菅平ホテル	20	74-2318
菅平ホテル	21	74-2300
菅平ホテル	22	74-2431
菅平ホテル	23	74-2165
菅平ホテル	24	74-2523
菅平ホテル	25	74-2515
菅平ホテル	26	74-2678
菅平ホテル	27	74-2325
菅平ホテル	28	74-2030
菅平ホテル	29	74-2035
菅平ホテル	30	74-2066
菅平ホテル	31	74-2038
菅平ホテル	32	74-2335
菅平ホテル	33	74-2331
菅平ホテル	34	74-2084
菅平ホテル	35	74-2065
菅平ホテル	36	74-2085
菅平ホテル	37	74-2082
菅平ホテル	38	74-2630
菅平ホテル	39	74-2073
菅平ホテル	40	74-2015
菅平ホテル	41	74-2666
菅平ホテル	42	74-2616
菅平ホテル	43	74-2673
菅平ホテル	44	74-2110
菅平ホテル	45	74-2600
菅平ホテル	46	74-2606
菅平ホテル	47	74-2070
菅平ホテル	48	74-2422
菅平ホテル	49	74-2163
菅平ホテル	50	74-2667
菅平ホテル	51	74-1111
菅平ホテル	52	74-3377

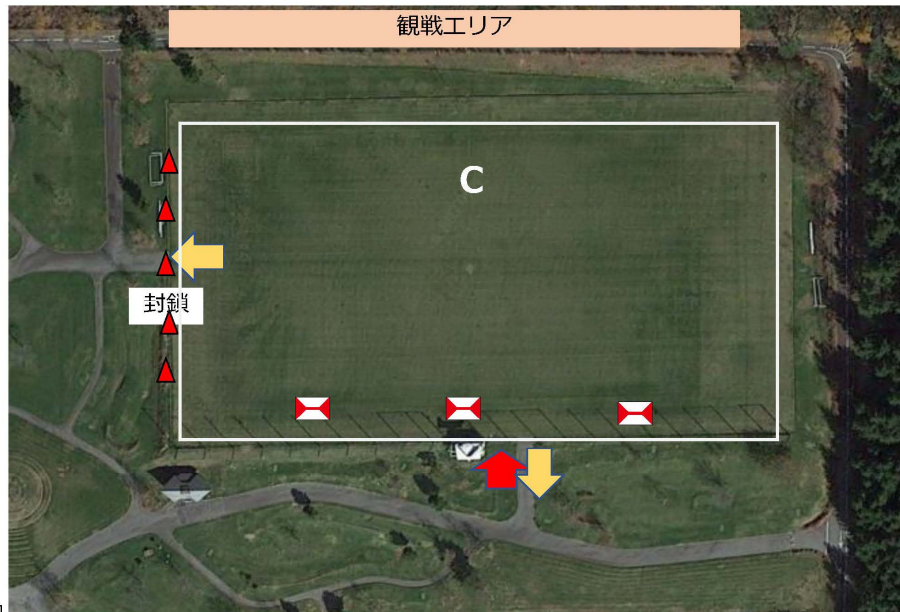
菅平高原旅館組合
TEL (0268) 74-2003 FAX (0268) 74-2353
E-MAIL info@sugadaira.com

◆サニア A/B



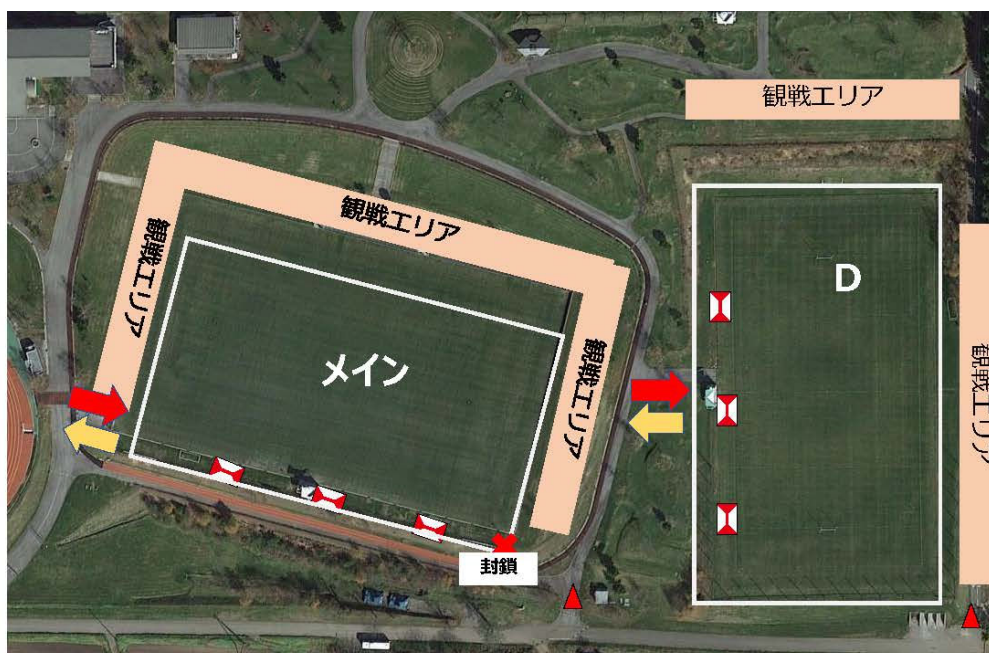
サニアパークA・B

◆サニア C



サニアパークC

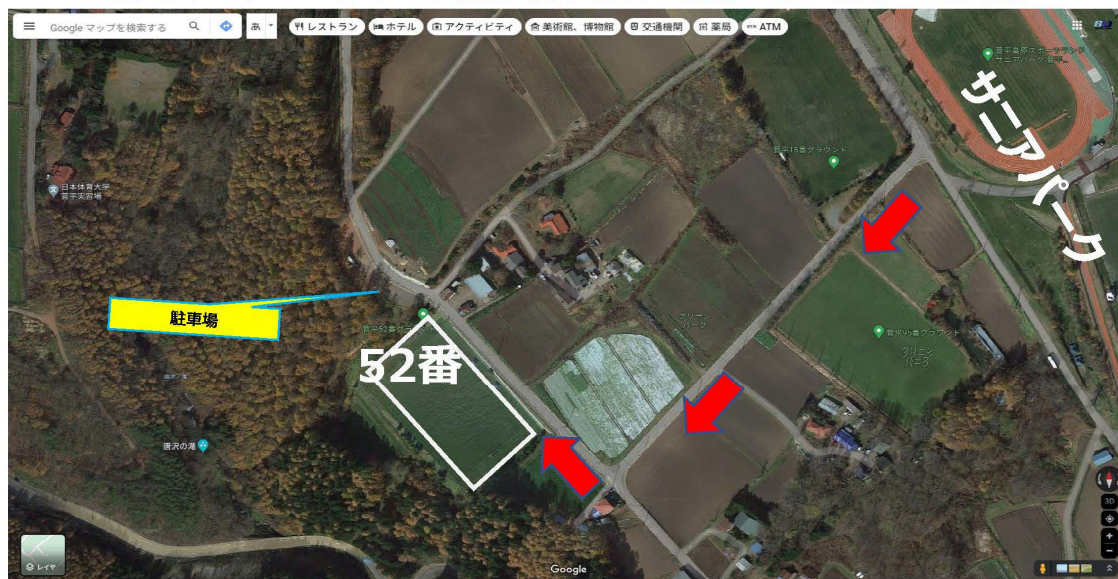
◆サニア M/D



サニアパークメイン・D

◆ヴェルソア(52番G)

▶ 駐車はサニアパーク下の道路側駐車場をご利用下さい(徒歩5分程度)

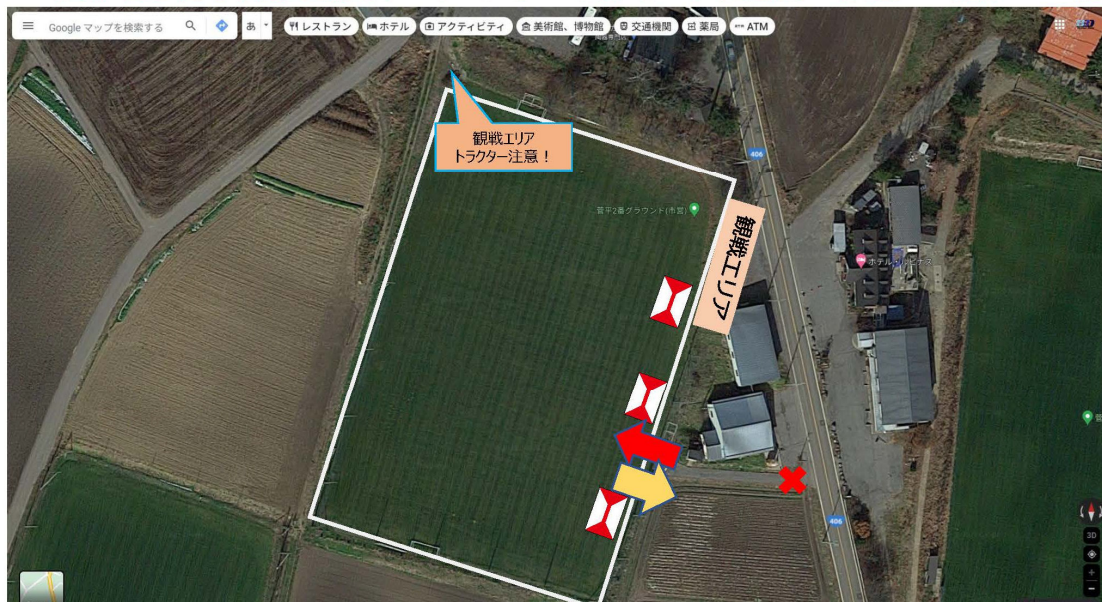


◆市営グラウンド(2番G)

➤ 上田市方面から上がってきて最初に左側に見えるグラウンドです
※ 駐車は菅平国際リゾートセンター・同アリーナをご利用下さい(路上駐車厳禁です)

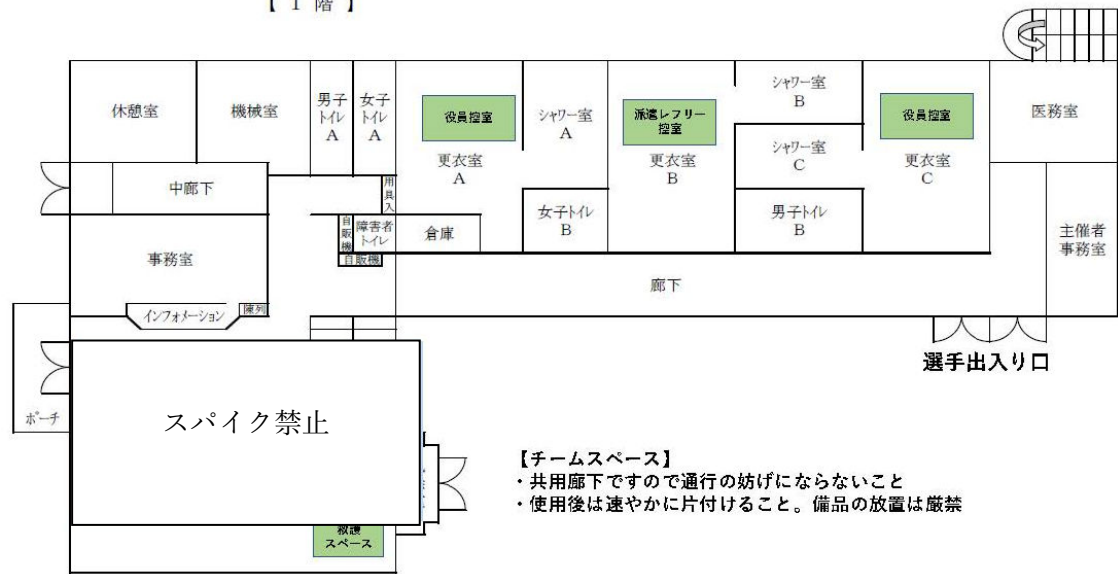


➤ 駐車場は菅平高原国際リゾートセンター・同アリーナをお使いください 徒歩5~7分



◆管理センター

【 1 階 】



July 24, 2025

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

July 24, 2025

July 24, 2025

名前:

緊急連絡先:

号室:
