

体育指導のスタートライン

『GALA 湯沢

日帰りスキー教室』

【やくそくごと】

前の日は、しっかりとよくねましょう！

当日は朝ごはんを食べてきましょう！

ひつようないものは、もってきてはいけません！

先生たちのおはなしは、きちんとききましょう！

【おうちからのメモ】

『体育指導のスタートライン』

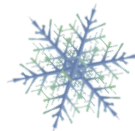
担当 山口 他

電話 03-3788-9322

担当直通 山口 090-3089-7402

E-MAIL info@start-line.net

URL <http://www.start-line.net/>



2017年12月～2018年5月

【ばしょ】

2017年12月～2018年5月

GALA 湯沢スキー場 電話 025-785-6543

〒949-6101 新潟県南魚沼郡湯沢町大字湯沢字茅平 1039-2

【もちもの】

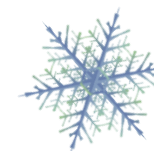
- 着替え（汗をかくため、帰りに着る服をご用意ください）
- 下着（お尻について、下着が濡れる場合がございます）
- スキーウエア（お持ちの方は、可能であれば集合時に着用の上、お越しください）
- ニット帽（レンタルに含まれておりません。必ずご注意ください）
- ゴーグル（レンタルに含まれておりません。必ずご注意ください）
- グローブ（レンタルに含まれておりません。必ずご注意ください）
- ハンカチ ティッシュ ふだん使うクスリ
- すいとろ おやつ ビニール袋（1～2枚）
- しおり
- ◇ 保険証のコピー ◇ 承諾書

- ※ グローブはミトンタイプでも大丈夫です。
- ※ リュックでお越しになることをオススメします。
- ※ 個人の持ち物には、必ずお名前を記載ください。
- ※ 靴下は厚手のものをご用意ください。
- ※ ◇ のものは集合時にスタッフへお預けください。
- ※ 貴重品（お財布・携帯電話等）は自己管理でお願いいたします。



【スケジュール】

- 7:00 東京駅しゅうごう
- 7:20 大宮駅しゅうごう
- 7:28 東京駅しゅっぱつ（しんかんせん）
- 7:54 大宮駅しゅっぱつ（しんかんせん）
- 8:58 GALA 湯沢とうちゃく
- 9:30 レッスンかいし
- 12:00 きゅうけい
- 13:00 レッスンさいかい
- 16:15 レッスンしゅうりょう
- 16:20 帰りのじゅんび
- 17:01 GALA 湯沢しゅっぱつ
- 17:54 大宮とうちゃく
- 18:20 東京駅とうちゃく



【緊急時連絡先】

お名前 _____

電話番号 _____

住所 _____