

大人の

夏休み!

in
能古島



ちょっと遅い

ちょっと遅い

定員

男女各10名

“早い者
勝ちです”

夏合宿!

～9月18日(日)～

- 9:30 ランニング 自由参加
- 12:15 能古渡船場 現地集合
- 12:25 渡船待合所
- 13:30 ランニング
- 16:00 チェックイン
- 17:30 準備
- 18:00 BBQ
- 20:00 後片付け
- 20:30 花火
- 22:00 就寝 おやすみなさいzzz

～9月19日(月)～

- 5:30 起床 おはようございます
- 5:45 ストレッチ
- 6:00 ランニング
- 8:30 朝食
- 10:00 チェックアウト
- 10:30 能古島散策
- 15:00 渡船待合所
- 15:10 能古渡船場
- 15:30 現地解散



秘密基地(宿泊場所)
「防人の里」



)