

Toeikan Acampamento de Verão Dia 1 de agosto (Sábado) ~ dia 2 (Domingo)

RANCHO DO SACIPERERÊ (local privado)

Nagano ken shimoi nagun Hiraya Mura 1171-4 ナガノケンシモイナグンヒラヤムラ 長野県下伊那郡平谷村1171-4

(Da cidade de Anjo até o local são duas horas de viagem)

Altitude do local é de 1000m. Mesmo no verão a noite é um pouco frio.

Local de encontro? local de despedida?

Pessoas que tiverem barracas favor levar .

Perto do local tem um onsen 「HIMAWARI NO YU」

<Levar> 1° dia almoço (bentō) Roupas e Dōgi • artigos de higiene • Toalha

Roupas para dormir (PIJAMA) • Chinelo • Cópia do seguro de saúde

	1° Dia (dia 1 Sábado)	2° Dia (Dia 2 Domingo)
7:00		Acordar
7:30	Terminar a refeição antes da cerimônia de abertura.	Corrida
8:00		Café da manhã
8:30		Tempo livre
9:00		
9:30		
10:00		
10:30		
11:00	Tempo livre	
11:30		
12:00		Almoço tonjiru
12:30		
13:00	Cerimônia de abertura saudação ao Kanchō	Tempo livre
13:30	Corrida 3 km	Treino
14:00		
14:30	Treino	
15:00		Cerimônia de encerramento saudação ao kanchō
15:30		
16:00	Churrasco	
16:30		
17:00		
17:30		
18:00	Chuveiro natural & Onsen	
18:30		
19:00	Fogueira	
19:30		
20:00	Assistir filme livre	
20:30		
21:00		
	Dormir	