



# S-P. Fute U-14 ドイツ遠征 2016

2016年7月21日（水）～7月31日（日）

## 遠征のしおり

1. 遠征の目的・目標
2. 日程
3. 滞在先 & 緊急連絡先
4. 対戦相手・コーチ情報
5. ドイツの情報、歴史、見所、名物
6. 注意事項
7. 出発・帰国のご案内
8. 持ち物リスト
9. メンバーリスト



## 2. 日程（9泊11日）

	日付	都市	現地時間	交通機関	活動内容
1	7/21 (木)	羽田   ミュンヘン   ルクセンブルク (75 km) ライムスバッハ	11:00 12:30 17:40 18:30 19:35 21:15 23:00	各自 航空機 航空機 バス	羽田空港国際線乗り場集合 LH715便にてミュンヘンへ ミュンヘンに到着 LH2322便にてルクセンブルクへ 到着後、合宿地へ移動 キャンプ地に到着、夕食 就寝
2	7/22 (金)	ライムスバッハ	8:00 10:30 12:45 14:00 17:30 19:00 23:00	バス	朝食 トレーニング（ドイツサッカー協会 ウド氏） 昼食 ショッピング（スポーツ店） トレーニング（ドイツサッカー協会 ウド氏） 夕食 就寝
3	7/23 (土)	ライムスバッハ  (20 km) パッケンフォム   ライムスバッハ	8:30 10:00 11:15 14:00 19:00 23:00	バス	朝食 ゲーム①(ライムスバッハ U-16) ゲーム②(ライムスバッハ U-15) 昼食 観光（ウルフパーク、第二次世界大 戦跡地見学） 夕食 バーベキュー 就寝

	日付	都市	現地時間	交通機関	活動内容
4	7/24 (日)	ライムスバッハ  メットラッハ	8:30 10:00 12:00  14:00  19:00 23:00	バス	朝食 トレーニング (ドイツサッカー協会 シュトウバー氏) 昼食 移動 メットラッハ観光  夕食 就寝
5	7/25 (月)	ライムスバッハ  (10 km)  ザールブリュッケン   ライムスバッハ	8:30  10:00 11:15 13:00 14:30 18:00 23:00	バス	朝食  ゲーム③ (JFG ザールイ U-15) ゲーム④ (JFG ザールイ U-14) 一緒に昼食 ザールブリュッケン観光  夕食 就寝
6	7/26 (火)	ライムスバッハ  (50 km)  トリアー   ライムスバッハ	8:30 10:00 12:00  13:30 17:30 19:00  21:30 23:00	バス	朝食 トレーニング (ドイツサッカー協会 ウド氏) 昼食 移動 トリアー世界文化遺産観光 ゲーム⑤(アイントラト・トリアー U-15) ゲーム⑥(アイントラト・トリアー U-14)  夕食 就寝

	日付	都市	現地時間	交通機関	活動内容
7	7/27 (水)	ライムスバツハ (5 km) ザーシュライフェ   ライムスバツハ	8:30 10:00 12:30 15:30 17:00 18:30 23:00	バス	朝食 ザーシュライフェ観光 昼食 ゲーム⑦ (JFG プリムス U-15) ゲーム⑧ (JFG プリムス U-14) 一緒にバーベキュー 就寝
8	7/28 (木)	ライムスバツハ  (10 km)  ライムスバツハ	8:00 10:00 11:30 13:00 14:30 18:30 21:00 23:00		朝食 ゲーム⑨ (エルベアスベルク U-15) ゲーム⑩ (エルベアスベルク U-14) 一緒に昼食 自由時間 (ライムズバツハ) 夕食 お別れパーティー 就寝
9	7/29 (金)	ライムスバツハ   カイザースラウルテン (100 km) ライムズバツハ	8:00 10:00 12:30 18:30 23:00	バス	朝食 ゲーム⑪ (1.FCザールブリュッケン U-15) 昼食 試合観戦 (カイザースラウテルン対メッツ) 就寝
10	7/30 (土)	ライムスバツハ  (75 km) ルクセンブルク ミュンヘン	7:00 7:30 10:15 11:20 16:00	バス 航空機 航空機	朝食 ライムスバツハを出発 LH2317 便にてミュンヘンへ ミュンヘンに到着 LH714 便にて羽田へ
11	7/31 (日)	羽田	10:35		羽田空港着後、解散

### 3. 滞在先 & 緊急連絡先

緊急連絡先： 090-8031-9772 (タケコーチ) ※海外では通話できません。

01049 (0) 171 - 2102 - 254 (ウド氏)

110 (警察)、112 (消防・救急車)

ラインID：1987-1019 (タケコーチ)

グループライン名：SP-フッチサッカークラブ U-14 ドイツ遠征 ※参加して下さい。

(随時更新予定)

時差： 7時間 (日本時間から7時間引くと、ドイツの現地時間になります)

滞在先： **1. FC Reimsbach (ライムスバッハ) クラブハウス**

住所： Kriegerfriedhofstr, 66701 Beckingen-Reimsbach, Germany

電話： 049 -6832 - 7794 (日本から 010 -49 -6832 - 7794)

Web： <http://www.fcReimsbach.de/>



1929年、ドイツ南西部ザールラント州の人口約2200人の村に誕生した超地元密着型クラブチームです。トップチームは州1部リーグに所属し、2軍・3軍チームの他にもU19から幼稚園まで各カテゴリーのチームがあり育成にもたいへん力を注いでいます。ホームグラウンドには雰囲気の良いクラブハウスが隣接し、試合の際にはファンや選手の交流の場となります。天然芝グラウンド以外にも、人工芝グラウンドや人工芝ミニグラウンドがあり、クラブハウスの2階には宿泊設備も整っています。2008年には、施設や育成が評価され、州内で最も魅力的なクラブとしてドイツサッカー協会から表彰されました。

### 4. フレンドリーマッチ対戦相手 & コーチ

**1. FC Saarbrücken (1. FC ザールブリュッケン)**

トップチームがドイツ3部にリーグ所属するプロクラブです。創立は1903年で、過去ブンデスリーガ1部に所属していた古豪です。釜本選手が昔留学してトレーニングに参加しました。



**Eintracht Trier (アイントラハト・トリアー)**

ドイツ最古の街、トリアーを本拠地にするプロクラブ。トップチームは2006年にブンデスリーガ2部から降格。



その他、**JSG Saarlouis ザールイ** (トリアーと同じリーグに所属)、**JFG プリムス** (地元アマチュアクラブ)、**エルベアスベルク** (トップチーム4部所属) 宿泊先の**1.FC ライムスバッハ**など。

### Stöber (シュトゥーパー) コーチ

ドイツサッカー協会指導者養成責任者。ドイツS級ライセンス。  
ブンデスリーガやドイツ代表のコーチングスタッフを務め、U-15~20代表では監督として400試合以上指揮をとり、トニー・クロースなどのちにA代表で活躍する選手を数多く指導した。W杯やユーロでは現地で試合分析チーム責任者を担当。



### ウド・ヘルツァー コーチ

ドイツサッカー協会S級ライセンス所持。  
ザールランド州サッカー協会やクラブで指導に携わり、  
元宮城県サッカー協会のアドバイザーを務めて20年以上日本に関わる。  
シャルケサッカーキャンプコーチも歴任。  
ドイツ遠征中のコーディネーターをして頂きます。



### 柳澤 力 通訳兼コーチ

ドイツサッカー協会S級ライセンス所持。  
シュトゥーパー氏の弟子  
遠征中ライムズバッハに滞在し通訳等して頂きます。  
前回ドイツ遠征時よりお世話になっております。



### 1FCライムズバッハのお手伝いさん

会長 ノベルト  
副会長 ミヒヤエル  
お手伝い ギュンター  
料理担当 ミヒヤエル奥さんテア  
ギュンター奥さんマーガー



## 試合観戦情報

**1.FC カイザーラウテルン (エアスター エフ ツェー カイザーラウテルン 1.FC Kaiserslautern)** は、ドイツ・ラインラント・プファルツ州・カイザーラウテルンに本拠地を置くサッカークラブ。

現ブンデス2部。古豪、クローゼなど過去在籍、ワールドカップ2006でも使われたスタジアム。

**フットボール・クルブ・ドゥ・メス (Football Club de Metz)** は、フランス・メスに本拠地を置くサッカークラブである。

ユースチームの優秀さが国内外に知れている。ロベール・ピレス、フランク・リベリー、エマニュエル・アデバヨール、ミラレム・ピアニッチなどを輩出している。

## 5. ドイツの情報

正式国名：ドイツ連邦共和国 (Bundesrepublik Deutschland)

国歌： Deutschland-Lied

国旗： 黒、赤、金の3色旗

面積： 約35万6733 km<sup>2</sup> (日本の約95%)

人口： 約8217万人

政体： 連邦共和制、16の州からなる。

首都： ベルリン

言語： ドイツ語

宗教： キリスト教 (プロテスタントとカトリックが主)

通貨： ユーロ (€)

時差： 8時間 (サマータイム時は7時間)

消費税： 19%

首相： Angela Merkel (アンゲラ・メルケル)

地理： 北はデンマーク、東はポーランドとチェコ、南はオーストリアとスイス、西はフランス、ルクセンブルク、ベルギー、オランダと国境を接する。

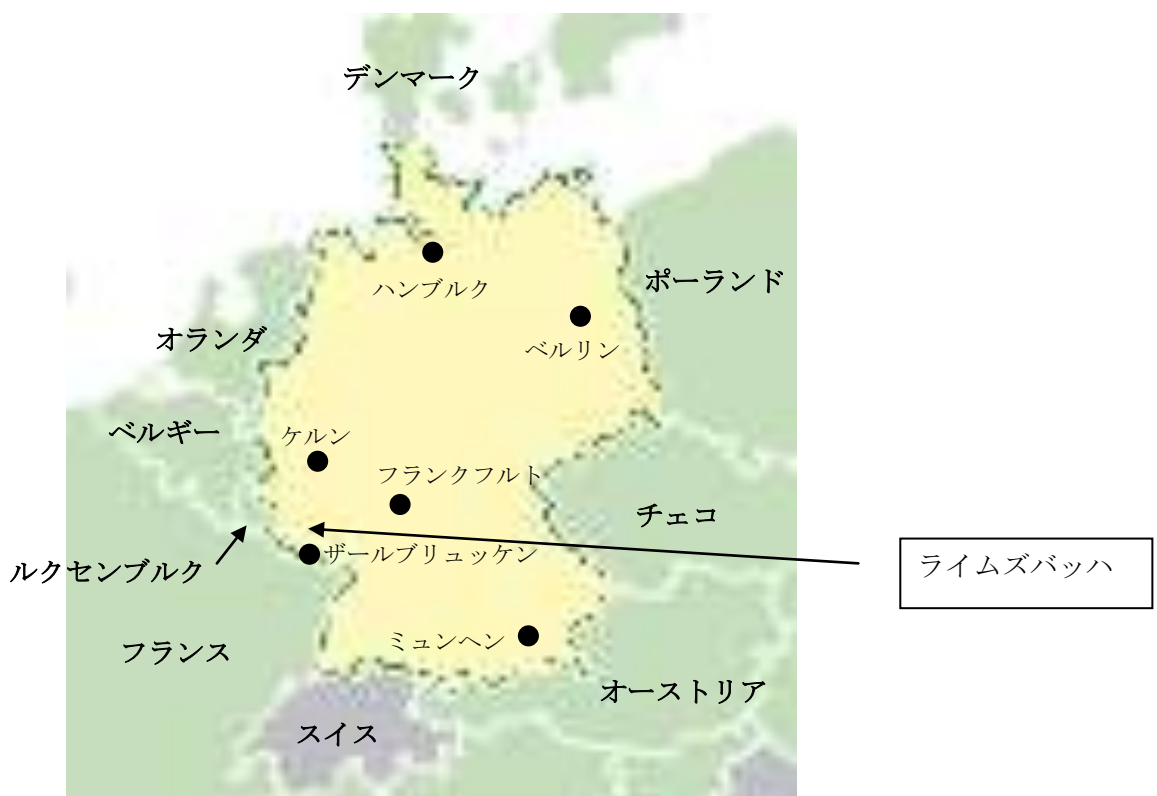
南に位置するミュンヘンは、札幌よりも北に位置する。

音楽： バッハ、ベートーベン、ブラームス、メンデルスゾーン、ワーグナー

文学： ゲーテ、シラー、グリム兄弟、ヘッセ

哲学： カント、ニーチェ、ハイデガー、マルクス

その他： シーボルト (植物学者)、シューマッハ (レーサー)、ルター (宗教家)





## ドイツの歴史

- 486年：ゲルマン部族によるフランク王国が建国される。
- 843年：フランク王国が、東フランク王国（後のドイツ）、西フランク王国（後のフランス）、ロータリングェン（後のイタリアとロートリングェン地方）に3分裂する。
- 962年：オットー1世を皇帝とする神聖ローマ帝国の成立（ドイツ人による第一帝国）。
- 1386年：ドイツ最古の大学、ハイデルベルク大学が創立される。（ケルン大学は1388年）  
（日本で最初の大学は、1877年に創立された東京大学）
- 1450年：グーテンベルクにより、活版印刷術が発明される。
- 1517年：ルターの95カ条の論題、カトリックを批判する宗教改革。
- 1701年：フリードリヒ1世を国王とするプロイセン王国の成立（ドイツ人による第二帝国）。
- 1871年：プロイセン国王ヴィルヘルム1世を皇帝とするドイツ帝国成立が成立。
- 1890年：伊藤博文らのドイツ系憲法体制調査をもとに、大日本帝国憲法が施行される。
- 1914年：オーストリア＝ハンガリー皇太子がサラエボで暗殺され第1次世界大戦が勃発する。  
ドイツ・オーストリア・オスマン帝国・ブルガリアからなる中央同盟国と、イギリス・フランス・ロシア中心とする連合国に分かれ、日本も連合国側に立ち参戦。
- 1918年：ドイツ革命がおこり皇帝が退位する、ドイツは降伏し大戦は休戦となる。
- 1919年：当時世界で最も民主的とされたワイマール憲法が制定される。
- 1933年：ヒトラーが首相に就任する、国際連盟脱退。  
（アウトバーンなどの公共事業に力を入れ、世界恐慌で壊滅状態にあったドイツ経済を立て直した。一方でユダヤ人などの少数民族を迫害。600万人が殺戮された）
- 1936年：日独防衛協定を締結。
- 1939年：ドイツ軍がポーランドに侵攻。イギリスとフランスがドイツに宣戦し、第2次世界大戦が勃発。ドイツは、ポーランド、デンマーク、ノルウェー、ベネルクス三国、フランス、バルカン半島、ギリシャを制圧する。
- 1940年：アメリカを仮想敵国とし、日独伊三国同盟を締結。
- 1941年：日本による真珠湾攻撃の3日後、ヒトラーはアメリカに宣戦布告。
- 1942年：イタリアが連合国軍に降伏。ドイツはただちにイタリア北部を制圧。
- 1945年：連合国軍によるベルリン総攻撃が行われ、ヒトラーは官邸で自殺。無条件降伏。  
広島と長崎に原爆が投下され、日本は無条件降伏。
- 1949年：自由・資本主義のドイツ連邦共和国（西ドイツ）、共産主義のドイツ民主共和国（東ドイツ）が成立。
- 1961年：ベルリンの壁を建設。
- 1989年：ベルリンの壁崩壊。
- 1990年：東西ドイツを統一。
- 1992年：EU発足。ドイツは中心国として存在感を示す。
- 2001年：首都機能がベルリンへ移転。

現在、ドイツは日本にとってヨーロッパ最大の貿易相手国となっている。

## ドイツの見所 & 名物

### ・ライン川

スイスからドイツ、フランス、オランダを通り北海に流れ出る、全長1233kmの国際河川。昔から農業・交通・工業の発展に影響し、ドイツでは父なるラインと呼ばれている。ルール工業地帯などが発展した。ちなみに、日本で一番長い信濃川は367km。

### ・モーゼル川

フランスからルクセンブルクを通り、ドイツのコブレンツという街でライン川に合流する、全長544kmの国際河川。流域はワインの生産地として知られ、モーゼルワインは世界的にも有名。

### ・ドイチェックエック

コブレンツにある、ライン川とモーゼル川が合流する地点。ヴィルヘルム2世の像がそびえ立つ。

### ・エーレンブライトシュタイン要塞

コブレンツの対岸の丘にある10世紀に造られた要塞。ドイチェックエックを見下ろす景色がきれい。

### ・ケルンの大聖堂

世界遺産。現存するものは3代目（初代大聖堂は4世紀に完成）で、1248年に着工して1880年に完成した。ケルンの中央駅付近にそびえ立つ。

### ・フォルクリンゲン製鉄所

ザールブリュッケンの隣町にある、世界遺産に登録されている旧製鉄所。現在は操業していないが、産業文化の大聖堂と称される向上中を見学することができる。

### ・ザールシュライフェ

ザール川の湾曲。展望台から見渡すことができる。

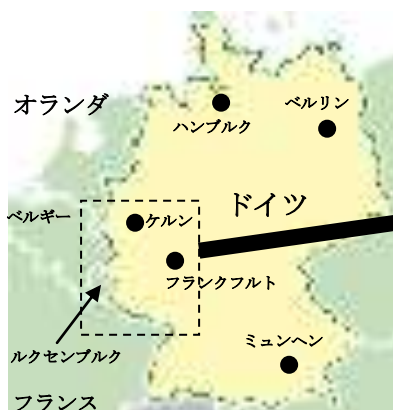
### ・レーマー広場

フランクフルト市内の歴史的な建物に囲まれた旧市庁舎がある広場。中央には1543年に作られた女神ユスティシアの噴水がある。

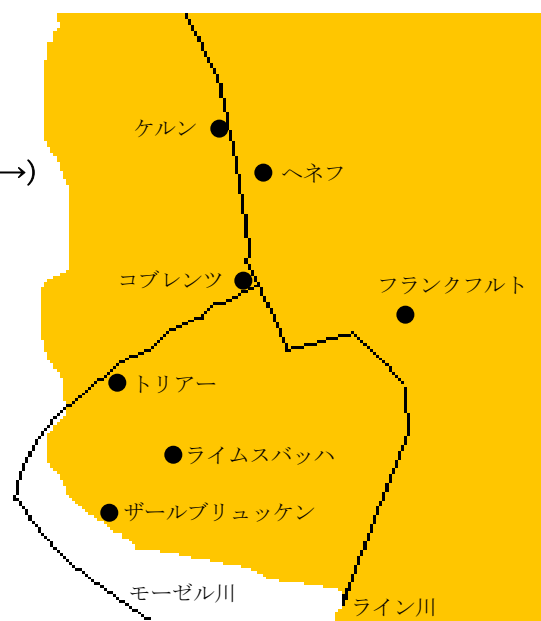
### ・フェルティンス・アリーナ

ブンデスリーガ1部シャルケ04のホームスタジアム。6万人以上収容の5つ星スタジアム。

ドイツ全土と周辺図(↓)



遠征地域拡大図(→)



- **カウフホーフ (Kaufhof) /カールシュタット(Karstadt)**

ドイツ各地にある大型デパート。何でも置いてあるのでお土産を買うに最適。

- **ハリボ**

クマのマークが目印のグミ、様々な種類ものがあります。

- **エコバッグ**

環境保護対策として、スーパーなどではレジ袋は有料で、多くの人がマイ袋を持参します。スーパーやデパートなどでオリジナルデザインのもので100円ほどで売られており、買い物以外にもちょっとしたバッグとして利用できます。

- **パン、ケーキ**

- **ビール**

どの村にも地ビールがあるくらい種類が豊富です。16世紀からビール純粋法が制定されており、ビールの醸造には大麦、ホップ、水以外を使用してはならないという決まりがあります。小麦を原料としたヴァイツェンビアも有名で、ケルンにはケルシュという有名なケルンビールがあります。

- **ワイン**

11の原産地に区分されていて、世界的には白ワインが有名です。そのなかでも、今回滞在するライン川流域はドイツ最大のワイン生産地です。

- **ゼクト (ドイツのシャンパンのようなものです。)**

- **炭酸水**

炭酸入りのミネラルウォーターが好んで飲まれています。味がなく、強い炭酸のものは日本人には慣れないかもしれませんが、サッカーのハーフタイムでも選手たちは飲んでいきます。慣れるとやみつきになるでしょう。

- **アップフェルショーレ**

りんごジュースと炭酸水のミックス。ドイツ人のお気に入りドリンク。

- **ソーセージ**

街のあちこちに焼きソーセージのスタンドがあります。白と赤のタイプがあり、1本をまるまるパンにはさんで食べます。一口サイズに切られたカレー風味のカリーヴルストも人気でポテトとセットで食べられています。サッカースタジアムにも欠かせません。

- **ザウアークラウト**

酢漬けのキャベツ。サイドメニューとしてよく付いてきます。

- **ケバブ**

トルコのファーストフードですが、ドイツには約300万人のトルコ人が住んでおり、町の各地に大きな肉の塊が回っているケバブスタンドが存在します。パンの中に肉や野菜を挟み、特性ドレッシングをかけて食べます。

- **シュヴェンカー**

ザールラント州名物。網を揺らしながら肉を焼いたものです。

※ 液体を手荷物で持ち帰ることはできません。割れないように包んでスーツケースに入れなければなりません。

※ 生ものは持ち帰ることができません。

## 6. 注意事項

- ① フッチの一員として、これまで学んできたことを意識して行動しましょう。ドイツにいる人たちにとって、みんなとの交流が日本人と接する初めての機会かもしれません。みんなの言動やプレーが、日本人や日本サッカーの評価につながります。日本人を代表して遠征に臨むという自覚をもって行動してください。
- ② 世界どこに行っても、共通のモラルは存在します。テンションが上がるのはわかりますが、機内や現地で調子に乗りすぎて他人に迷惑をかけないことをチーム内で確認しあいましょう。
- ③ 海外では言葉や文化の違いにより日本にいる時と同じように行かない場合もあります。くれぐれも自分の言動に責任を持ちましょう。ミスをした場合はすぐに報告をし、事後処理をきちんと行いましょう。
- ④ 海外にいる場合、パスポートは大事な身分証明書になります。大きなトラブルにつながる場合もありますので、無くさないように注意してください。ドイツは外国であり、自分たちはその国を訪れている外国人であることを意識してください。
- ⑤ 海外旅行保険には各自で加入し、証書のコピーを出発前日までにコーチに提出してください。
- ⑥ 食事、水分、睡眠をきちんととりましょう。調子に乗りすぎて体調管理を怠り、試合に出られない状態になったり、つまらないことで試合や練習中にケガをしたりしないように注意しましょう。体調に少しでも問題が発生した場合は、自分で判断せずすぐに報告しましょう。対処が遅れることにより、事態が悪化する場合があります。
- ⑦ 忘れ物や盗難にはくれぐれも注意してください。日本にいる感覚で、不注意にテーブルや椅子の上に物を置いたり、バッグを開けっぱなしにしたりしていると盗難につながります。財布もズボンの後ろポケットに入れず、見えない場所に入れておきましょう。自分からスキを作らないようにしましょう。
- ⑧ ゲーム機や音楽機器の持参は禁止です。カメラ機能以外の携帯の使用も禁止です。ドイツにいられる時間は限られているので、一人の時間に没頭して現実から逃げずに、日本で「見る・聞く・経験する」ことのできないものに時間を使いましょう。また、そういう時間をチームメイトと共有して良い思い出を作りましょう。
- ⑨ 期間中、現地の人やチーム関係者などに元気よく挨拶をしましょう。時間厳守。
- ⑩ 私服は一切禁止です。初日と最終日は、ポロシャツにハーフパンツ。現地の移動時でも、ポロシャツにハーフパンツ。宿舎内ではTシャツ。衣服に番号を書いておいてください。

## その他の豆知識

- ① 人気が少ないところでの散歩やランニング中などで、見知らぬ人とすれ違う時でも挨拶を交わす。
- ② お店に入る時や出る時でも、お客のほうから「Guten Tag.」や「Tschüß.」などの挨拶をする。大きなデパートなどでは、レジでこのようなやり取りを行う。
- ③ ドアを開けて出入りする時、後ろからすぐに入ってくる人が見知らぬ人でも、ドアを開けたまま支えてあげる。支えてもらった場合は「Danke.」と言う。
- ④ 夜10時以降は、建物内や住宅街で大声を出したりして騒がない。場所によっては、騒音を考慮して、シャワーも控えなければならない。
- ⑤ 靴のかかと部分を地面にすりながら音を立てて歩くのは良い印象を与えない。
- ⑥ くしゃみをした人がいたら、「Gesundheit. (お大事に)」と言ってあげる。言われた人は、「Danke.」と答える。
- ⑦ 握手するときは、目を見ながら、手に適度に力を込めて。特に、男性に対しては力強く。
- ⑧ 乾杯をするとき、相手と目を合わせながらグラスを合わせる。
- ⑨ 食事を始める人に対して「Guten Appetit. (おいしく召し上がれ)」と言ってあげる。言われたほうは「Danke.」と答える。「いただきます」を言う習慣はない。
- ⑩ くちやくちや音を立てて食べたり、スープや麺類をズズー吸って食べたりしない。
- ⑪ テーブルに顔を近づけて、皿に直接口をつけて食べたり飲んだりしない。フォーク、ナイフ、スプーンを使って口に運ぶ。
- ⑫ レストランやカフェなどで、無料の水は出てこない。飲み物は注文しなければならない。ドイツ人の考えでは「水」と注文すると「炭酸水」が出てくる。
- ⑬ 基本的に朝や晩は質素な食事が多い(パン、チーズ、ハム、ジャム、ジュース、コーヒーなど)。昼に一番手の込んだ食事を取る傾向がある。
- ⑭ レストランの会計は、レジではなく、食事をしたテーブルで行う。ウェイターやウェイトレスを「Zahlen bitte. (お会計お願いします。)」と言ってテーブルに呼ぶ。
- ⑮ レストランなどで、チップとして料金の10%ほどを払う習慣がある。強制ではない。
- ⑯ エコ対策で、買い物にはmy 買い物袋を持参する。ほとんどの場合、ビニール袋は有料。
- ⑰ 手書きの場合、数字の「1」は「1」、「7」は「7」と表示される。
- ⑱ 公衆トイレはほとんどの場合が有料。事前にお金を払わないとゲートが開かないタイプや、出るときにチップを支払うタイプがある。デパートの中トイレでもチップを払うのが基本。20セントから50セントが目安。
- ⑲ 大きな都市では観光客狙いのスリもいるので、財布をズボンの後ろポケットに不用意に入れて歩かない。バッグやリュックのチャックも必ず閉めておくこと。
- ⑳ バッグ、財布、携帯電話、カメラなどを、公共の場でテーブルや椅子の上に不用意に置いておかない。隙を見せない。

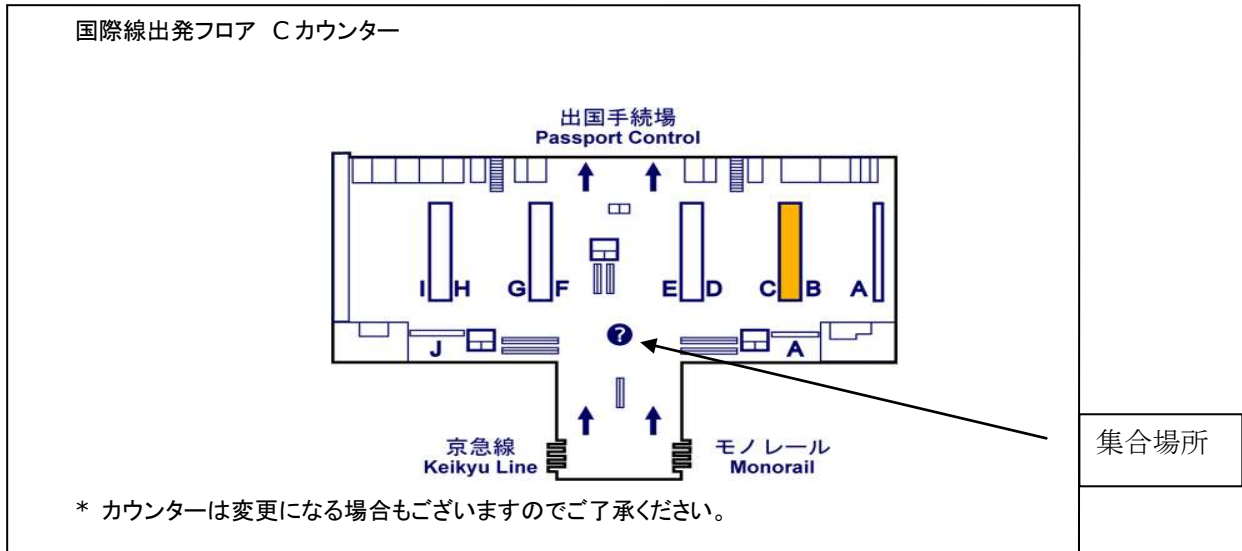
## 7. 出発当日のご案内

集合日時：2016年7月21日（水）午前11時00分

集合場所：羽田空港 国際線出発フロア

出発便： ルフトハンザ航空715便 13時35分 出発予定

服装： ポロシャツ、ハーフパンツ（スパイクとオレンジユニフォームをリュックの中に）



- ※ 出発前までに、必ず海外旅行保険の手続きを済ませておいてください。
- ※ 航空会社に預けるスーツケース（もしくは大きなバッグ）と、機内に持ち込む手荷物（リュック）とに区別し、預ける荷物には必ず鍵をかけてください。
- ※ 23kgの荷物を1つまでカウンターに預けることができます。規定の重さをオーバーすると、超過料金がかかりますので注意してください。お土産を含め、現地のものを持ち帰るために、行きの荷物は少なめにしましょう。
- ※ 機内に液体（目薬や化粧品など）を持ち込む場合、それぞれの容器は100ml以下でなければなりません。複数の容器を持ち込む場合、総量が1リットルを超えてはいけません。透明のプラスチック製袋にまとめて入れて、セキュリティチェック時に提示してください。
- ※ 機内で必要ない液体類は、預ける荷物に入れることができます。

## 帰国のご案内

到着日時：2016年7月31日（日）10時35分（到着予定）

到着便： ルフトハンザ航空714便

到着場所：羽田空港 国際線到着ロビー



- ※ 到着時刻が変更になる場合がありますので、お迎えの場合は、インターネットのフライト情報などであらかじめご確認ください。
- ※ 航空会社等の都合による遅延・変更によって生じた宿泊・交通費用等については、各自で負担いただくこととなりますので予めご了承ください。

## 8. 持ち物リスト

持ち物	確認	持ち物	確認
試合用スパイク		パスポート (※1)	
トレーニング or ランニングシューズ		財布、現金 (※1)	
ユニフォーム上下 (ホーム&アウェイ)		海外旅行保険証書 (※1)	
ストッキング (ホーム&アウェイ)		常備薬 (※1)	
すね当て		スーツケースの鍵、予備 (※1)	
フッチトレーニングシャツ・パンツ		時計、目覚まし時計	
フッチハーフパンツ		カメラ、携帯電話 (※2)	
フッチジャージ上下		使い捨てハンガー (針金)	
フッチピステ上下		ティッシュ	
フッチTシャツ (白・オレンジ)		ビニール袋 (着替えやごみ用)	
フッチポロシャツ		パジャマ	
お出かけ用ミニバック		電化製品の変換プラグ	
湿布など (ドイツには塗り薬しかありません)		ガイドブック、ドイツ語の会話集	
対戦相手へのお土産 (※3)		洗面用具 (歯ブラシ、歯磨き粉、洗顔、シャンプーなど)	
手洗い用洗剤		つめ切り	
サンダル (シャワー用)		サッカーノート、筆記用具	
タオル、バスタオル		しおり 戦術の紙	
下着 (パンツ、靴下)		現金 (ユーロ) (※4)	
		現金 (円、行き帰りの電車賃など)	

- ※1 スーツケースには入れず、常に手荷物や身の回りにおいておきましょう。
- ※2 ドイツに滞在中、携帯電話での通話やメールは一切禁止します。海外で通話使用できるように手続きする必要はありません。カメラ機能のみ許可します。
- ※3 100円ショップで売っているようなもので構いません。食べ物よりも、扇子や漢字の入った小物などがよいでしょう。
- ※4 必要な分のユーロは、日本で両替を済ませておいてください。
- ※5 持ち物には、名前や背番号を書いておきましょう。
- ※ 手荷物にジャージ上、ユニフォーム・スパイク・すね当てを入れる。
- ※ パスポート・海外旅行保険証のコピーはタケコーチに渡す事！！

9. メンバーリスト (選手27名+スタッフ2名)

	背番号 (No.)	氏名	パスポート名
1	1	千葉 悠樹成	CHIBA YUKINARI
2	2	山本 雄士	YAMAMOTO YUJI
3	4	岩田 達矢	IWATA TATSUYA
4	6	松丸 歩夢	MATSUMARU AYUMU
5	7	片岡 駿太	KATAOKA SHUNTA
6	8	鈴木 大登	SUZUKI HIROTO
7	9	大久保 奏汰	OKUBO KANATA
8	10	細見 浩次郎	HOSOMI KOJIRO
9	12	細江 彦太	HOSOE GENTA
10	14	上村 晃志郎	KAMIMURA KOSHIRO
11	15	藤田 健太郎	FUJITA KENTARO
12	16	唯木 颯	TADAKI HAYATE
13	17	島村 柊吾	SHIMAMURA SHUGO
14	18	白井 裕吾	SHIRAI YUGO
15	19	浦野 歩斗	URANO AYUTO
16	20	大熊 悠介	OKUMA YUSUKE
17	21	泉谷 龍飛	IZUMITANI RYUTO
18	22	近藤 柊斗	KONDO SHUTO
19	23	田島 快	TAJIMA KAI
20	24	長橋 陽	NAGAHASHI HIKARU
21	25	田中 陽葵	TANAKA HARUKI
22	26	小原 戒	OBARA KAI
23	27	福田 楓	FUKUDA KAEDE
24	28	渡邊 大輝	WATANABE DAIKI
25	29	加藤 颯二郎	KATO SOJIRO
26	30	田原 誠大	TAHARA TOMOMASA
27	34	松本 宏太	MATSUMOTO KOTA
28	代表	遠田 静雄	
29	コーチ	鈴木 雄大	