

スタイルについて

- ・ 爪は短く切っておいてください。（自分も相手も怪我の原因になります）
- ・ アクセサリー類の着用は禁止です。
- ・ 髪が長い場合はゴム素材の物で縛ってまとめてください。（掴まれると非常に危険です）
- ・ スパイクシューズは細かいルールがあるので相談してください
- ・ 試合はパンツ、ソックス、セカンドユニフォームで統一します。
- ・ メインユニフォームを使用の際は都度連絡します。アンダーシャツ等の使用は可です

持ち物について

- ・ ユニフォーム、ビブス、タグベルト、昼食、飲み物、健康保険証の写し、汗をかいたときの着替え、タオル等
また冬季は防寒対策も忘れずをお願いします。雨天時はタオル、着替えは多めをお願いします
- ・ 買い物をする時間はありませんし会場近くに商店がない場合もあります。必要なものについては持参してください
- ・ 携帯ゲーム機等は持ち込み禁止。ケータイ、スマホも極力持たせないでください。持ってきても家族との連絡用としての使用のみでゲームその他のアプリの使用は禁止。管理は自身で行ってください。
- ・ お金は必要最低限にしてください。（買い物する時間も場所もありません）
- ・ 持ち物は出来るだけ水筒とバッグ1つ程度にまとめ、出来る限り名前を記入してください
- ・ お菓子、おやつ、デザート等は線引きがあいまいなので特に禁止とはしませんが、昼食として食べるものを持たせてください。塩分補給用のタブレットや栄養補給食等はOKです。
- ・ 水分が足りなくなる傾向がありますので十分な量を持たせてください(特に夏場はこまめに補給しますので特に気をつけてください)

現地での応援について

- ・ グラウンド内はヒールなどの履物はNGです。
- ・ 精一杯応援してください。ただし審判や選手（敵味方共）への批判、暴言、行き過ぎた指導は謹んでください。退場処分になります。（観客も）
- ・ 現地付近への路上駐車等はしないでください。

その他

- ・ 自分のごみは自分で持って帰ること
- ・ 更衣室等は基本的にありませんので、ユニフォームまたは練習シャツなどを着て集合してください
- ・ 雨天でも大会は開催されます
- ・ 体調不良等は我慢せずに大人に伝えるようにしてください。
- ・ 差し入れ等のご遠慮させていただきます。（慣例的になると保護者の方の負担になりかねない為です）
- ・ バス車内での飲食は可としますが、菓子などは控えてください。

グラウンドでの飲食は基本的に禁止です。選手のドリンクのみ可。

施設によっては選手のドリンクも水のみ場合があります(人工芝グラウンド)

移動について

- ・ 基本的に全参加者はバスで移動し出発から帰着まではチームとしての行動になります。
やむを得ない事情（バス酔いが酷い、鴨川から出発できない等）の場合はご相談ください。
- ・ 集合及び解散場所は鴨川市役所駐車場です。帰着予定時刻はメールで随時お知らせします