

サッカー遠征の持ち物チェックリスト

◎【日帰り編】サッカー遠征での持ち物

- リュック
- ボール
- ユニフォーム
- スパイク・トレシュー
- インナーシャツ
- アンダーパンツ
- すね当て
- ソックス
- 水筒
- タオル
- 着替え

◎【宿泊編】サッカー遠征での持ち物

- 日帰り編の持ち物
- 日数分の着替え（下着・靴下）
- 常備薬
- 歯ブラシ
- 洗面用具（歯ブラシ・バスタオル）
- 洗濯用具
- 大きめの袋
- パジャマ

◎サッカー遠征時があると便利な物

- 雨具
- ハンガー
- サンダル
- 消臭剤