

CONI

**A.S.Dilettantistica
Team Romagna**

FIJLKAM

JU 柔 DO

1972

Medaglia d' Onore al Merito Sportivo

organizza

“Stage di Pasqua”

dal 20 al 22 Marzo 2008

per **-ESORDIENTI A (1996)**
ESORDIENTI B e CADETTI

Direzione tecnica M° Paolo Berretti 6° Dan

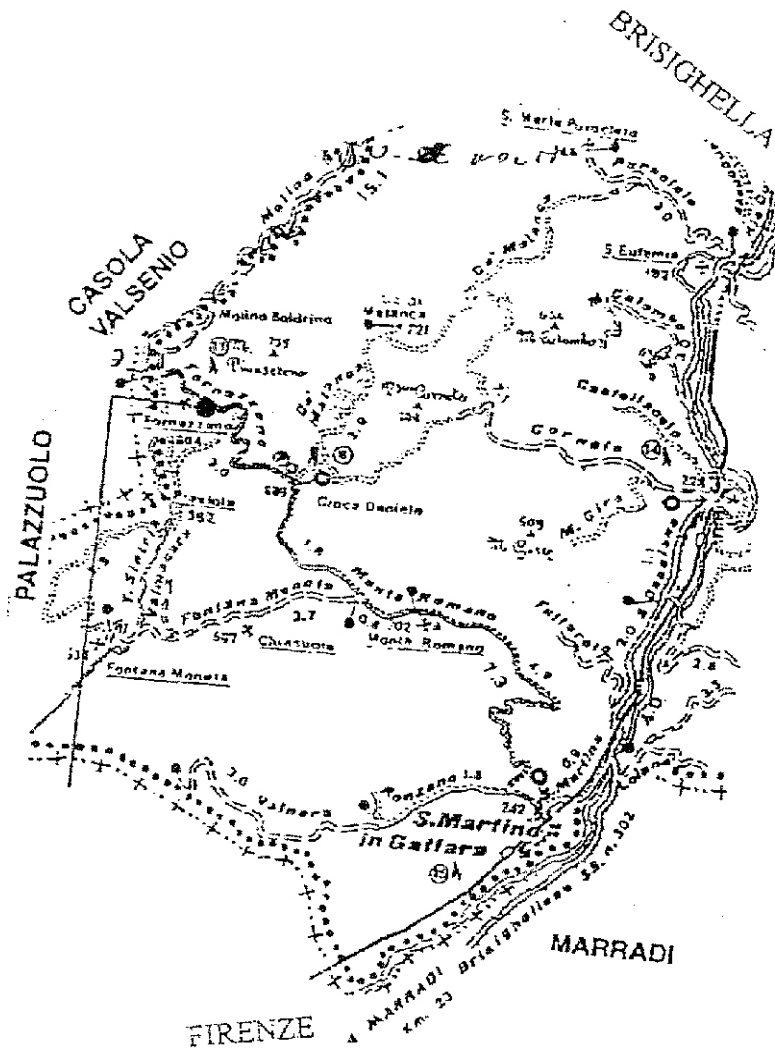
Logistica “ Casa Vacanze Cà di Là”

Via Fornazzano,2 Brisighella Tel. 0546-87177

Monte Romano- provincia Ravenna

(uscita autostrada Imola o Faenza)

Dojo adiacente alla casa vacanze



QUOTA DI PARTECIPAZIONE, STAGE COMPLETO € 100,00

Acconto di 70 € (tramite versamento postale a:
Berretti Paolo via Ruina, 19 Lugo (Ra), oppure alla segreteria)
entro il **03 Marzo 2008** versamento del saldo 30 € direttamente
al campo.

Ogni partecipante allo stage dovrà essere coperto da
assicurazione e tesseramento alla FIJLKAM

REGOLAMENTO INTERNO

E' vietato allontanarsi dal Campo senza un
accompagnatore autorizzato dalla Direzione dello Stage.

**TUTTI DEVONO SEGUIRE LE NORME
DI SICUREZZA E COMPORTAMENTALI
STABILITE DALLA DIREZIONE DELLO
STAGE.**

L'organizzazione declina ogni responsabilità in caso di furti
alle cose dei partecipanti. Denaro ed altri oggetti potranno
essere depositati presso l'organizzazione dello stage.

Per accettazione anche del regolamento

Per l'Atleta _____

Firma (del genitore per i minori)

Per ulteriori informazioni : Berretti Paolo

Tel 0545-35563 fax 0545-33788

e-mail: teamromagnajudo1972@libero.it

ARRIVO GIOVEDI' 20 ENTRO LE ORE 9.00

Programma

GIOVEDI' MATTINA

Ore 10.00-11.00 Allenamento RA ESA
Ore 11.00-12.30 Allenamento ESB CA
Ore 13.00 Pranzo

POMERIGGIO

Ore 15.30-16.30 Allenamento RA ESA
Ore 16.30-18.00 Allenamento ES B CA
Ore 19.30 Cena

POMERIGGIO VENERDI'

MATTINA

Ore 07.00 Sveglia
Ore 07.30-08.30 Preparazione fisica
Ore 08.30 Colazione
Ore 10.00-11.00 Allenamento RA ESA
Ore 11.00-12.30 Allenamento ESB CA
Ore 13.00 Pranzo

POMERIGGIO

Ore 15.30-16.30 Allenamento RA ESA
Ore 16.30-18.00 Allenamento ES B CA
Ore 19.30 Cena

SABATO

Ore 08.30 Colazione
Ore 10.00-11.00 Allenamento ESA
Ore 11.00-12.30 Allenamento ESB CA
Ore 13.00 Pranzo e partenza

**Il programma potrà subire modifiche in base alle iscrizioni.
Ogni partecipante dovrà essere fornito del normale equipaggiamento
personale comprendente : (che sarà custodito dal partecipante)**

- scarpe da ginnastica
- tuta ginnica ,magliette, judogi e ciabatte
- corredo personale che comprende:
 - il sacco a pelo un lenzuolo e una federa,
 - corredo di abiti e biancheria intima,
 - giacca impermeabile leggera
 - la necessaria scorta di asciugamani e accappatoio
 - tutto l'occorrente per la pulizia personale
- (sapone, dentifricio ,deodorante ,spazzolino da denti)