



A.S.C. Lombardia con la collaborazione tecnico/logistica di A.S.D. AMICI DEL JUDO

organizza:

1° STAGE INVERNALE ADJ 6-7-8 GENNAIO 2023

Agriturismo Sulla Via Del Sale

Fraz. Piani Di Lesima, 27050 Brallo di Pregola (Pavia)

www.sullaviadelsale.it

PROGRAMMA:

VENERDI' 6: arrivo in mattinata entro le ore 11e30 per registrazione partecipanti e ceck-in
ore 12e30 pranzo
ore 15e30-16e30 KATAME NO KATA
ore 16e30-18 lezione tecnica (Tachi waza e Ne waza)
ore 18-19 Uchikomi e Randori
ore 20 cena

SABATO 7: ore 8 colazione
ore 9-10 KATAME NO KATA
ore 10-11e30 lezione tecnica (Tachi waza e Ne waza)
ore 12e30 pranzo
ore 14e30-16 esami di grado ADJ
ore 16-18 lezione tecnica (Tachi waza e Ne waza)
ore 18-19 Uchikomi e Randori
ore 20 cena

DOMENICA 8: ore 8 colazione
ore 9-10 KATAME NO KATA
ore 10-11e30 lezione tecnica (Tachi waza e Ne waza) e chiusura stage

DOCENTI:

Valter Scolari 8° DAN, Luca Castelnuovo 8° DAN, Salvatore Bono 7° DAN, Fabio Parnigoni 6° DAN

Stage aperto a tutti a partire dai 13 anni compiuti (minimo cintura verde) e tesserati a qualunque Federazione o Ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI in regola con la propria assicurazione. Corso valido come aggiornamento per tutti i Tecnici ASC.

DOMANDA D' ISCRIZIONE:

Cognome e nome del partecipante _____ nato/a a _____
il _____ residente a _____ Via _____
nr _____ cap _____ Prov. _____ Cod. Fisc. _____
Società di appart. _____ grado/cintura _____ cell _____

Cognome e nome del genitore o di chi ne fa le veci _____
cell. _____ residente a _____
Via _____ nr _____ cap _____ Prov. _____
Cod. Fisc. _____

Quote Stage (indicare con X la scelta)

Stage completo € 200	
1 notte e stage € 120	
Solo Judo (corso completo) € 90	
Solo Judo giornata intera € 45	
Solo Judo ½ giornata € 25	

ATTENZIONE! Alloggio garantito ad un numero massimo di 40 persone in camere doppie, triple, quadruple....
Pranzo della domenica facoltativo EURO 20.

PAGAMENTI:

ACCONTO EURO 50 (non rimborsabile in caso di mancata partecipazione allo stage) da pagarsi **entro** e non oltre il **15/12/2022** tramite bonifico bancario indicando nella **CAUSALE: nome, cognome, giorno di arrivo e di partenza.**

IBAN: IT 41K0538750540000042385343 intestato a ASD Amici del Judo

SALDO in contanti in loco oppure tramite bonifico entro lunedì 2 gennaio 2023.

**INVIARE FOGLIO DI ISCRIZIONE E COPIA DEL BONIFICO BANCARIO A:
segreteria.amicideljudo@gmail.com**

Stage valido per l'accesso alle prove d'esame ADJ (prova di Randori inclusa).

Esami: compilare l'apposito modulo reperibile sul sito www.amicideljudo.net/formazione ed inviare a esami.adj@gmail.com.

Eventuali variazioni su partecipazione allo stage, pernottamento, intolleranze alimentari o altre informazioni contattare il 333 3529270.

Luogo e data _____ Firma _____