

Durante il ritiro è disponibile Centro Benessere con sauna, idromassaggio bagno turco, piscina, massaggi.

Giornata dedicata all'arrampicata in palestra attrezzata con personale specializzato.

A 15 KM piste da Sci con impianti di risalita



I partecipanti allo stage dovranno essere regolarmente tesserati FIJLKAM o ente di promozione sportivo riconosciuto, in possesso dei requisiti medico legali ed assicurati per lo svolgimento dell'attività specifica. Durante lo svolgimento del ritiro potranno essere effettuate riprese fotografiche e filmati dei quali partecipanti acconsentono alla divulgazione a mezzo stampa e/o diffusione telematica

L'organizzazione declina ogni responsabilità per danni a persone e/o a cose durante lo svolgimento della manifestazione.

Info e Link utili

[prenotazioni alberghiere numero unico](#)

[Responsabile Logistica Ritiro](#)

Gianluca Valeri 3313744949 info@judogattinara.it

www.judogattinara.it

VARALLO CITTA' DEL JUDO 2-6 GENNAIO 2012

DOJO EQUIPE BOLOGNA

IN COLLABORAZIONE CON

JUDO GATTINARA A.S.D.

ASSESSORATO ALLO SPORT CITTA' DI VARALLO (VC)

ORGANIZZA

20° RITIRO DI PREPARAZIONE AGONISTICA INVERNALE

DIREZIONE TECNICA

PAOLO NATALE VI DAN

COLLABORATORE TECNICO SQUADRE NAZIONALI

LAURA DI TOMA VI DAN

ALLENATRICE NAZIONALE ITALIANA UNDER 17-UNDER 20

CON LA PARTECIPAZIONE DELLA NAZIONALE DI JUDO DEL KOSOVO

CAPITANATA DA

MAJLINDA KELMENDI

CAMPIONE DEL MONDO JUNIOR 2009

CAMPIONE D'EUROPA JUNIOR 2009-2010

1 CL. WORLD CUP ROMA 2011 E GRAN PRIX ABU DABI

NORA JACKOVA

1 POSTO EUROPEAN CUP LEIBNITZ AUSTRIA

3 PLACE JUNIOR RANKING LIST 2011

D.T. DRITON KUKA

VARALLO (VC) PALAZZETTO ITALO GRASSI

www.judogattinara.it info@judogattinara.it

VARALLO CITTA' DEL JUDO 2-6 GENNAIO 2012

DOJO EQUIPE BOLOGNA
20° RITIRO INVERNALE di JUDO
in collaborazione con
JUDO GATTINARA A.S.D.
Assessorato Sport Città di Varallo

Direzione Tecnica:

M° PAOLO NATALE, Cintura Nera VI Dan
Collaboratore Tecnico Squadre Nazionali
Direttore Tecnico Dojo Equipe Bologna

M° LAURA DI TOMA, Cintura Nera VI Dan
Allenatrice Nazionale Italiana Under 17 e Under 20

Luogo di svolgimento:

Varallo (VC) Palazzetto dello Sport (tatami di 400 mq)

PROGRAMMA

-Mattino: Tecnica e Randori Ne Waza
-Sera: Tecnica e Randori Tachi Waza
Inizio ritiro

Dal pomeriggio del 2 gennaio 2010 al mattino del 6 gennaio

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Stage (8 allenamenti)	€ 60
1 allenamento	€ 10

Vitto e alloggio: è possibile optare per varie soluzioni presso le seguenti strutture ai seguenti prezzi: Albergo Italia *** 220 €, Albergo Monte Rosa** (si pranza in Albergo Italia) 220 €, Albergo Il pellegrino ** 210 €, Ostello D'Adda 185 €, dotati di tutti i comfort e convenzionati con l'organizzazione. Le adesioni saranno accettate entro e non oltre il 10 dicembre 2011. In considerazione del limitato numero di posti l'organizzazione darà la priorità per la scelta delle sistemazioni alberghiere in base alla data di prenotazione. I partecipanti minorenni devono essere accompagnati per tutta la durata del ritiro da un tecnico o un genitore-tutore.

PROGRAMMA

Inizio ritiro Lunedì 2 gennaio

16,30-18,00 classi RA-ESA-ESB

18,00-19,30 classi CA-JU-SE

Martedì 3, Mercoledì 4, Giovedì 5

Mattino 09,00-10,30 CA-JU-SE

10,30-12,00 RA-ESA-ESB

Sera 16,30-18,00 RA-ESA-ESB

18,00-19,30 CA-JU-SE

Chiusura ritiro Venerdì 6 gennaio

09,00-10,30 RA-ESA-ESB

10,30-12,00 CA-JU-SE

Le sedute di allenamento si svolgeranno su 400 mq di tatami

ARRIVI E PARTENZE:

Arrivo Lunedì 2 gennaio dalle 14,00 alle 16,00

Ritrovo presso le strutture Alberghiere prenotate

Partenza Venerdì 6 gennaio dopo pranzo.

Sistemazione dei partecipanti in Hotel con trattamento di pensione completa.

INFORMAZIONI E CONTATTI

Info e prenotazioni alberghiere

Gianluca Valeri tel 331 3744949

info@judogattinara.it www.judogattinara.it

TERMINE ULTIMO PRENOTAZIONI SABATO 10 DICEMBRE 2011