

Durante il ritiro è disponibile il Centro Benessere "Villa Becchi" a Breve distanza dal Palazzetto che offre Sauna, Piscina, idromassaggio, bagno turco a prezzi convenzionati



I partecipanti al ritiro dovranno essere regolarmente tesserati F.I.J.L.K.A.M. o Ente di promozione sportivo riconosciuto, in possesso dei requisiti medico - legali ed assicurativi per lo svolgimento dell'attività specifica. Durante lo svolgimento del ritiro potranno essere effettuate riprese fotografiche e filmati dei quali i partecipanti acconsentono alla divulgazione a mezzo stampa e/o diffusione telematica o di qualsiasi altro media.

La società organizzatrice non si assume alcuna responsabilità per qualsiasi danno potessero eventualmente subire le persone o le cose di loro proprietà in treno, aereo, piroscalo, auto, a terra, presso i centri, le scuole, i college, il palazzetto per via di lesioni, perdite, ed irregolarità.

CAPARRA OBBLIGATORIA DI € 50,00 A PERSONA NON RIMBORSABILE DA VERSARE SU IBAN IT 24 K 03268 44500 052952008610 BANCA SELLA INTESTATO A JUDO CLUB GATTINARA A.S.D. ENTRO 8 DICEMBRE - SALDO ALL'ARRIVO

**E' POSSIBILE IL SOGGIORNO ANCHE PARZIALE**

Info e prenotazioni alberghiere  
Responsabile Logistica Ritiro : Gianluca Valeri  
+39 3933072436 - +39 3313744949  
info@judogattinara.it - www.judogattinara.it

# VARALLO CITTÀ DEL JUDO

## 2-6 GENNAIO 2018

### JUDO CLUB GATTINARA A.S.D.

IN COLLABORAZIONE CON

AMMINISTRAZIONE COMUNALE CITTÀ DI VARALLO

ORGANIZZA

## 26° RITIRO DI PREPARAZIONE AGONISTICA INVERNALE DI JUDO OLIMPICO

**Direzione Tecnica**

**M° PAOLO NATALE VI DAN**

Direttore Tecnico Dojo Equipe

**Staff Tecnico di atleti in rete**



**ALLENAMENTI SU  
500 MQ DI MATERASSINA**



[www.dojoequipe.it](http://www.dojoequipe.it)  
[www.judogattinara.it](http://www.judogattinara.it)

**VARALLO CITTÀ DEL JUDO**  
DOJO EQUIPE BOLOGNA - JUDO CLUB GATTINARA



# VARALLO CITTA' DEL JUDO

2 - 6 GENNAIO 2018  
26° RITIRO INVERNALE di JUDO OLIMPICO

JUDO GATTINARA A.S.D.

in collaborazione con

Amministrazione Comunale Città di Varallo

Direzione Tecnica:

M° PAOLO NATALE, Cintura Nera VI Dan

- Direttore Tecnico DojoEquipe

Staff Tecnico di "AtletiInRete"

Luogo di svolgimento:

Varallo (VC) Palazzetto dello Sport Grassi, Via d'Adda

## QUOTE DI PARTECIPAZIONE JUDO

RITIRO 8 ALLENAMENTI € 70,00 ESB (BLU-MARRONE) CA-JU-SE  
€ 60,00 RA-ESA-ESB (FINO A VERDE)  
€ 10,00 1 ALLENAMENTO - €10,00 1 ALLENAMENTO KATA

VITTO E ALLOGGIO, PENSIONE COMPLETA :

ALBERGO ITALIA € 230,00; ALBERGO MONTE ROSA 210;  
OSTELLO D'ADDA € 195,00.

(La quota alberghiera comprende Escursione al Sacro Monte)

I PARTECIPANTI MINORENNI DEVONO ESSERE ACCOMPAGNATI PER TUTTA LA DURATA DEL RITIRO DA UN TECNICO O UN GENITORE/TUTORE

TERMINE ULTIMO PRENOTAZIONI MARTEDI' 8 DICEMBRE 2016  
OLTRE TALE DATA MAGGIORAZIONE 15% SALVO DISPONIBILITÀ POSTI.

CAPARRA OBBLIGATORIA PER CONFERMA € 50,00 NON RIMBORSABILE  
DA VERSARE SU CC IBAN IT 24 K 03268 44500 052952008610  
BANCA SELLA INTESTATO A ASD JUDO CLUB GATTINARA  
SALDO ALL'ARRIVO

LE PRENOTAZIONI SARANNO VALIDATE SOLO IN PRESENZA DI CAPARRA

AtletiInRete



VARALLO CITTA' DEL JUDO  
DOJO EQUIPE BOLOGNA - JUDO CLUB GATTINARA



## PROGRAMMAZIONE ORARIA

Inizio ritiro martedì 2 gennaio

15.00-17.00 Dal Randori al Randori No Kata - M° M.Scacco VI Dan

17.00-18,30 classi RA-ESA-ESB (Fino a Verde)

18,30-20,00 classi ESB (blu-marr)-CA-JU-SE

Mercoledì 3, Giovedì 4, Venerdì 5

Mattino 09,00 -10,30 ESB (blu-marr)-CA-JU-SE

10,30 - 12,00 RA-ESA-ESB (Fino a Verde)

15.00-17.00 Dal Randori al Randori No Kata - M° M.Scacco VI Dan

17.00 - 18,30 RA-ESA-ESB (Fino a Verde)

18,30 - 20,00 ESB (blu-marr)-CA-JU-SE

Chiusura ritiro Sabato 6 gennaio

09,00 - 10,30 RA-ESA-ES B (Fino a Verde)

10,30 - 12,00 ESB (blu-marr)-CA-JU-SE

Le sedute di allenamento si svolgeranno su 500 mq di tatami presso il Palazzetto dello Sport "Italo Grassi" di Varallo (VC) in Via D'Adda.

ATTIVITA' POMERIDIANE 14.30-16.30  
CENTRO BENESSERE VILLA BECCHI A PREZZI  
CONVENZIONATI  
4 GENNAIO ESCURSIONE AL SACRO MONTE

ARRIVI E PARTENZE

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

Ritrovo presso le strutture Alberghiere prenotate

Partenza Sabato 6 gennaio dopo pranzo.

Sistemazione dei partecipanti in Struttura con trattamento di pensione completa.

**E' POSSIBILE ANCHE IL SOGGIORNO PARZIALE CONCORDANDO  
PER TEMPO LE DATE DI ARRIVO E PARTENZA**

INFORMAZIONI E CONTATTI

Info e prenotazioni alberghiere

Gianluca Valeri

+39 3933072436 - +39 3313744949

info@judogattinara.it - www.judogattinara.it

