



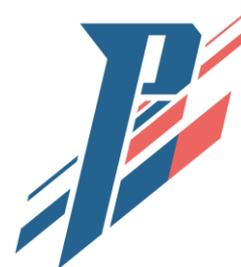
3° CAMP MULTIDISCIPLINARE DI ARTI MARZIALI

JUDO – JUJITSU – AIKIDO – KARATE – BUDO – KAJUKENBO

ANDREIS

23–24–25 AGOSTO 2019

Tre giornate dedicate alla cultura orientale e alla tradizione giapponese. Pratica in mezzo alla natura, l'origine e la storia delle principali arti marziali alternando momenti attorno al fuoco e passeggiate in buona compagnia.



**A.S.D. JUDO – AIKIDO – BUDO
VITTORIO VENETO**

A.S.D. POLISPORTIVA VILLANOVA



AD OGNI PARTECIPANTE SARÀ CERTIFICATA LA PARTECIPAZIONE

VENERDÌ: ARRIVO, SISTEMAZIONE E PRIME ATTIVITÀ

- 10.00 Ritrovo ad Andreis (Vittorio Veneto partenza ore 8.30 dal Palasport)
10.00-11.00 Sistemazione brande/camerate o tende in esterna, logistica (rifiuti, scarpe...)
11.00-12.15 Primo Allenamento **KARATE** e "*Le origini del KARATE*"
12.15-14.45 Pranzo, pulizie e breve pausa
14.45-15.45 Primo Allenamento di **BUDO** al ruscello (Jo/Bo, Keikogi e Costume)
15.45-16.30 Primo Allenamento **KAJUKENBO** e "*Le origini*" (M. Maurizio Fornarolo)
16.30-17.45 Introduzione ai Kanji e prime prove di **SHODO**
17.45-18.30 Tempo in libertà
18.30-20.30 Cena, pulizie e breve pausa.
20.30-21.30 "*Origini del BUDO*" presso Chalet a cura del M. Fabio Tonon
21.30..... Giochi in scatola, a carte, svago, chiacchiere e riposo..

SABATO: DAY OFF TECHNOLOGY (Niente elettricità/elettronica dalle 7.00 alle 22.00)

- Sveglia a sorpresa: Primo Allenamento di **AIKIDO** (Katana/Bokken con M. Fassina)
08.00-09.30 Colazione e pulizie sempre tutti insieme
09.30-10.30 Allenamento di **JUDO** (M. Tonon Fabio)
10.30-12.30 Meditazione in solitaria e produzione di un oggetto nella natura.
12.30-14.45 Pranzo, pulizie e riposo
14.45-15.45 **JUJITSU**: "il pianeta dell'arte" con "*Le origini del JUJITSU*" (M. Fassina)
15.45-16.30 "*Le origini dell'AIKIDO*"
16.30-18.00 Oggetti da lancio: arco tradizionale kyudo, shuriken, shaken, makibishi.
18.00-18.45 Tempo in libertà
19.00-20.30 Cena a lume di candela all'aperto
20.30-21.15 Pulizie e riposo
21.15-21.45 "*La storia del JUDO*" e le impressioni sullo stage attorno al fuoco
22.00..... Giochi in scatola, a carte, chiacchiere e riposo.
..... Allenamento **BUDO-AIKIDO** in notturna (mezz'ora)

DOMENICA: GRIGLIATA ED ULTIME ATTIVITÀ

- 07.30 Sveglia
07.30-08.30 Colazione e pulizie sempre tutti insieme
08.30-09.30 Allenamento di **KAJUKENBO** (M. Maurizio Fornarolo)
09.30-10.30 Allenamento di **KARATE**
10.30-11.30 Allenamento di **JUDO** (M. Tonon Fabio)
11.30-14.00 Grigliata assieme a familiari ed amici
14.30-16.00 Passeggiata e relax al fiume con amici e famiglie
16.00-18.00 Ultima lezione di **SHODO**: esecuzione su vera carta di riso giapponese
18.45-20.00 Cena e pulizie finali tutti assieme
21.00..... Partenza per il ritorno a casa
(Rientro previsto a Vittorio Veneto per le ore 22.30 circa)

TUTTO IL NECESSARIO...

- Sacco a pelo ed indumenti per tre giorni tra cui una Felpa, materiale per igiene personale.
- Se pernottate in tenda provvedere in autonomia alla stessa ed ai picchetti, corde etc..
- Keikogi (divisa/indumento da allenamento), Costume, Asciugamano, Ciabatte.
- Scarponi da Montagna/Trekking oppure anche scarpe da ginnastica robuste. Una torcia.
- Coltellino per la fabbricazione di un utensile/oggetto nella giornata senza la tecnologia.
- Una candela di cera a persona per la cena del sabato sera.
- Portare giochi da tavolo, carte, etc.
- KIT Armi: Bastone di legno lungo e corto, spada di legno o Katana, coltello di legno per la pratica.

Chi ne fosse sprovvisto è pregato di procurarsi in autonomia il materiale delle armi in legno o di compilare il form sottostante per prenotare e riservarsi un Kit in prestito per i 3 giorni.

CHALET DI ANDREIS – LOCALITÀ SOTT'ANZAS

Lo chalet di Andreis è situato in Località Sott'Anzas dispone di molti posti letti, docce, acqua corrente, riscaldamento, cucina e caminetto. Più aree per le tende esterne.

E' possibile trovare la località segnalata anche in Google Maps.

RECAPITI E NUMERI UTILI

Il sabato con la giornata senza la tecnologia i ragazzi non saranno raggiungibili dalle ore 07.00 alle ore 22.00, per eventuali urgenze od emergenze contattare gli unici due cellulari sempre attivi dell'organizzazione: **Fabio 3400642023 - Elena 3460865053**

PER ISCRIVERSI:

- **COMPILARE IL FORM AL SEGUENTE LINK**

<http://tiny.cc/k86f8y>

- **MANDARE UN MESSAGGIO AL 3400642023**

Iscrizioni a partire dai 16 anni in su, se sprovvisti di copertura assicurativa e certificato medico della propria società contattare il 3400642023 per creare una posizione assicurativa con la LIBERTAS alcuni giorni prima del Camp.

COPERTURA delle SPESE e OPZIONI per l'ISCRIZIONE

- CAMP COMPLETO CHALET 3 giorni: per tutti i pasti, lezioni e materiali. 90 €
- CAMP COMPLETO TENDA/HOTEL 3 giorni: per tutti i pasti, lezioni e materiali. 80 €
- CAMP GIORNALIERO: per colazione, pranzo, cena, tutte le lezioni e materiali. 38 €
- SOLO GRIGLIATA della DOMENICA:
10 € grandi – 5 € piccoli (sotto i 10 anni)