

PROGRAMMA

DOCENTI DELLO STAGE

Laura Zimbaro VI Dan
Angelo Beltrachini VII Dan
Claire Lecat VI Dan

TATAMI 500 MQ

Sabato 17:

Tachi Waza

09.30 - 11.00 Preagonisti
11.00 - 12.30 Agonisti

13.00 PRANZO

NUOVO REGOLAMENTO IJF

14.30 - 15.30 PER GLI ISTRUTTORI

Ne Waza

15.30 - 17.00 Preagonisti
17.00 - 18.30 Agonisti

19.30 CENA

21.00 DOPO CENA INSIEME

Domenica 18:

Tachi Waza - Ne Waza

09,30 - 11.00 Preagonisti
11,00 - 12,30 Agonisti

ORE 13 CHIUSURA STAGE

COME ARRIVARE

In macchina: autostrada A26 Gravellona - Toce uscita Meina, girare a sx, poi alla prima rotonda seguire indicazioni per Invorio

In treno: La stazione più vicina Arona (navetta con preavviso)

In aereo: L'aeroporto più vicini è Malpensa (navetta con preavviso)

A DUE PASSI DAI LAGHI PIU' BELLI D'ITALIA



Iscrizioni e Informazioni

INFO LINE

Betty tel: 3315400489

Patrizia tel: 3337051345



E-MAIL

Bettysartore@gmail.com

P59B26@gmail.com

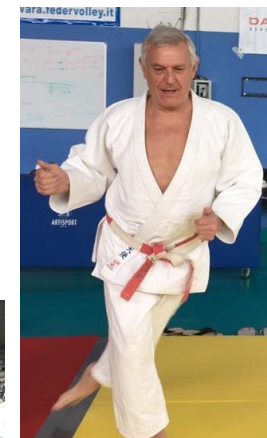
A.S.D. JUDO INVORIO
e AREA SPORT JUDO

7° WEEKEND DI JUDO

NOVITA' EDIZIONE 2017

CLAIRE LECAT

E GLI AMICI DI SEMPRE



INVORIO (NO)
17-18 Giugno 2017

CARPE DIEM

Direzione Tecnica

LAURA ZIMBARO

Cintura Nera VI Dan

Mondiale Universitario: oro

Medaglia di bronzo al valore

Aletico Azzurra dal 1979 al 1994

Qualificata per l'olimpiade del 1992



Europeo: 3 bronzi

Europeo Master: oro

14 -TITOLI ITALIANI



CLAIRE LECAT

Cintura nera VI Dan

Professor. De judo

Oro Campionati Europei a Squadre 1989

Bronzo Campionati Mondiali 1989

5° Olimpiadi Barcellona 1992

Notizie

Lo stage è aperto agli atleti delle classi FA - RA - Es A/B - CA - JU - SE regolarmente tesserati nel 2017 FIJLKAM e Enti di Promozione associati

Località: Inverio è un comune del novarese conosciuto anche col nome di *Porta del Vergante*, questo perché è il naturale punto d'accesso al Vergante per chi giunge dalle zone di Novara, un percorso collinare sulle pendici che dividono il Lago Maggiore, all'altezza di Arona, dal Lago d'Orta.

Vitto e Alloggio:

Classic : costo 90 euro

La quota comprende:

- 3 allenamenti + 2 pasti completi + 1 colazione
- pernotta in strutture alberghiere nelle vicinanze

Pane e Judo: costo 60 euro

La quota comprende:

- 3 allenamenti + 2 pasti completi + 1 colazione
- pernotta sul tatami con sacco a pelo.

judo and night: costo 35 euro

3 allenamenti - pernotta sul tatami con sacco a pelo.

Il 50% della quota è intesa come caparra confirmatoria, non rimborsabile, dovrà essere versata **entro il 30.04.2016** con allegata la scheda di partecipazione che per i minori, dovrà essere **obbligatoriamente firmata dai genitori**

Tempo libero : calcio, volley, pingpong, musica

Ritrovo : c/o Palestra "De Zotti" in Largo Alpini a Inverio

SOLO - STAGE

n. 2 allenamenti € 30 il 3° in omaggio

n. 1 allenamento € 15

Modulo d'iscrizione

Con la presente Io sottoscritto.....

.....nato ail

residente aProv.....

Cap.....in vian.....

telefono.....i iscrivo allo stage

di judo che si terrà a Inverio (NO). Dal 17

al 18 Giugno 2017. Dichiaro inoltre sotto la

mia responsabilità di essere idoneo alla pra-

tica dell' attività sportiva agonistica solle-

vando gli organizzatori da ogni responsabi-

lità

Data

firma.....

PER I MINORENNI

Io sottoscritto

autorizzo mio figlio

di cui sopra sono riportate le generalità a

partecipare allo stage " WEEKEND DI JU-

DO" che si terrà dal 17 al 18/06/2017 di-

chiarandone l'idoneità alla pratica agonisti-

ca e sollevando gli organizzatori da ogni

RESPONSABILITA'