

Per gli interessati la sera dopo la
cena si terranno degli incontri
sulla storia del judo. Confronti
sulla metodologia d'insegnamento
e sulla filosofia del judo
tradizionale



Organizzazione

INFO E PRENOTAZIONI:

ANDREA +39 3282682090

FRANCESCO +39 3240940844

A.S.D. JUDO CLUB FOLIGNO Via Monte Bianco , 15 -
06034 Foligno - Cell. 3282682090 - Iscr. Registro C.O.N.I. n.
196410 Codice Fiscale 91044960549 - P.Iva 03329650547 -
Sito internet www.asdjcf.com - Email info@asdjcf.com -

2' TRAINING CAMP PIETRALUNGA (PG)

DAL 01-08-2025 AL 04-08-2025
NON FARTELO RACCONTARE



CAMP APERTO ALLE CLASSI (M/F):
RAGAZZI - ESORDIENTI A/B -
CADETTI JUNIOR - SENIOR -
MASTER

DIREZIONE TECNICA
M° MAURIZIO PELLIGRA



HOTEL CANDELETO
VIA DELLE QUERCE 3,
PIETRALUNGA (PG)



Programma Stage

Venerdì 1

Accreditato: dalle 8:00 -10:00
1^ seduta: dalle 10:30 alle 12:30 Tachi waza.
Pranzo: dalle 13:00 alle 14:00
2^ seduta: dalle 17:00 alle 19:00 Ne waza
Cena: dalle 20:00 alle 21:00

Sabato 2

Risveglio muscolare: dalle 07:00 -08:00
Colazione dalle 08:00 -09:00
1^ seduta: dalle 10:30 alle 12:30 Tachi waza.
Pranzo: dalle 13:00 alle 14:00
2^ seduta: dalle 17:00 alle 19:00 Ne waza
Cena: dalle 20:00 alle 21:00

Domenica 3

Risveglio muscolare: dalle 07:00 -08:00
Colazione dalle 08:00 -09:00
1^ seduta: dalle 10:30 alle 12:30 Tachi waza.
Pranzo: dalle 13:00 alle 14:00
2^ seduta: dalle 17:00 alle 19:00 Ne waza
Cena: dalle 20:00 alle 21:00

Lunedì 4

Risveglio muscolare: dalle 07:00 -08:00
Colazione dalle 08:00 -09:00
1^ seduta: dalle 10:30 alle 12:30 Tachi waza.
Partenza

Sistemazione

Lo stage si svolge nel cuore verde dell'Umbria presso l'Hotel

Candeletto di Pietralunga

La struttura è dotata di camere con aria condizionata Tv, bagno privato, all'esterno è disponibile un'ampia zona relax con piscina ed altre attività calcio balilla ping pong e sala tv (utilizzo compreso nel prezzo dello stage)

È possibile utilizzare la Spa all'interno dell'hotel con prezzi agevolati.

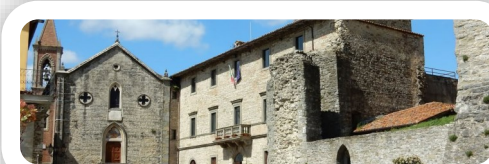


Sarà possibile gustare un tipica cucina umbra semplice e gustosa nell'insegna del benessere.



Tutte le attività saranno svolte all'interno della struttura non sarà necessario spostarsi.

Per gli accompagnatori sarà possibile visitare borghi storici come Pietralunga o dedicarsi al **TREKKING SENTIERO NATURA**



Ottima esperienza anche per i gli accompagnatori.

Costi

Stage	120 €
Giornaliero (due allenamenti)	35 €
Singolo allenamento	20 €
Costi di soggiorno (pensione completa)	135 €
Stage + Costi di soggiorno (in omaggio maglia ricordo dell'evento)	255 €

È necessaria la preiscrizione, che deve essere effettuata con l'invio del modulo disponibile sul sito www.asdjcf.com "stage 2025 Pietralunga", che dovrà essere compilato e sottoscritto dai genitori per i minorenni e inviato all'indirizzo info@asdjcf.com, completo di copia della ricevuta di pagamento dell'acconto di **Euro 50,00** a persona da effettuare tramite bonifico alle sottoindicate coordinate:

Destinatario A.S.D. Judo Club Foligno;
IBAN IT82N0306921705100000008182;

Casuale Iscrizione "2° Training Camp" Nome e cognome atleta partecipante.

Il saldo, con la medesima procedura, dovrà essere versato entro il 25 luglio 2025.

APPROFITTA SCONTO DEL 30% SUL COSTO DELLO STAGE SE TI ISCRIVI ENTRO IL 28 FEBBRAIO 2025