

# CRISSOLO

(Valle Po, sul monte Monviso) - IT Piemonte  
1400 mt s.l.m.



## WEEK-END AIKIDO CAMP BAMBINI Dal 5 /8 Agosto 2021



### Bruno Maule Shihan

Referente Nazionale CSEN settore AIKIDO

Il seminario è aperto a tutti purchè regolarmente iscritti.

La presenza costituisce Attività Formativa Istituzionale

Per info:

Dojo Ronin Ki Aikido Novara

Bruno Maule +39 340 95 15 972 / e-mail: brunomaule29@gmail.com

Paolo Rollino + 39 347 48 14 889 / e-mail: paolo.rol@tin.it

[www.kiaikidoitalia.org](http://www.kiaikidoitalia.org)



Centro Sportivo Amos Novara - Dojo Ronin Ki Aikido Novara



Dojo Ronin Ki Aikido Novara



# WEEK-END AIKIDO CAMP

**Tutti i partecipanti dovranno essere in possesso di regolare copertura assicurativa**

## Programma:

Giovedì 5 Agosto Accoglienza presso LA CITTA' SUL MONTE dalle ore 14:00

Venerdì 6 Agosto Inizio seminario alle ore 7:00

Domenica 8 Agosto Fine seminario alle ore 12:00

**h 7.00 - 8.00** MISOGI (respirazione e meditazione)

**h 8.00** Colazione

**h 9.00 - 10.00** Compiti delle vacanze

**h 10.00 - 12.00** AIKIDO / ARMI **Portare Bokken, Jo e Tanto.**

**h 12.00 - 13.30** Gioco con animatori

**h 13.30** Pranzo

**h.15.00** Gioco libero con animatori

**h 19.30** Cena

**h 22.30** A letto

Serata animata: pallavolo, calcetto, tennis tavolo, giochi da tavolo, gioco libero.

**E' gradita la collaborazione in sala da pranzo per sparecchiare i tavoli.**

**Menu vegetariano e vegano su richiesta.**

**Le camere:** Da 2 a 12 persone. La casa fornisce lenzuola e coperte. **Portare gli asciugamani.**

Servizi ai piani, con docce; acqua calda. Parcheggio riservato. Due ampie sale da pranzo. Bar con TV e videoregistratore. Possibilità di video proiezioni, impianto di diffusione sonora. Sala giochi attrezzata. Vasto cortile polivalente con porticato, campo da pallavolo e campo da calcio a 7.

**ESCURSIONI:** I laghi di Pian del Re (m. 2020)  
La grotta di Rio Martino (m. 1530)  
Balma Boves Sanfront (a 16 km da Crissolo)

**Si potrà inoltre:** visitare l'abitato antico di Crissolo, la frazione Borgo, Ostanta (inserito nell'elenco *de i borghi più belli d'Italia*), fare passeggiate per i sentieri lungo il Po, nei boschi, al santuario di San Chiaffredo, al Pian della Regina (m. 1714), Pian del Re (m. 2020), Lago Fiorenza (m. 2113), al monte Tivoli (m. 1791)...

**Si consigliano:** scarponcini, giacca a vento, maglione, torcia elettrica.



**Prenotazioni entro il 30 giugno 2021.**