

Notizie utili, segnalazioni di eventuali allergie o patologie del partecipante.  
(In caso di terapie farmacologiche, consegnare ai responsabili dello staff in busta chiusa con istruzioni allegate).



# ZumZeri 2020



**Shochu-Geiko: Judo e avventura**

**20-27 giugno**

**27 giugno-4 luglio**

da 7 a 11 anni

dai 12 anni in su

Località **Zum Zeri** (MS) – Passo Due Santi - 1392 mt  
Al confine tra Toscana, Liguria, Emilia, in Alta Lunigiana

Organizzazione **Il Cerchio** asd - Milano



## Settimana bambini da 7 a 11 anni

Da sabato 20 giugno

accoglienza dalle 14,30 alle 16,30

a sabato 27 giugno alle 12:00

(pranzo escluso)

Le attività: Judo, escursioni, tiro con l'arco, orienteering, botanica, laboratorio creativo. La sera, davanti al fuoco, letture, racconti, canzoni.

Tempo permettendo, una notte sotto le stelle...

\* Lasciare a casa telefonini, libri, fumetti e riserve personali di merendine!

## Settimana ragazzi dai 12 anni – e adulti

Da sabato 27 giugno

accoglienza dalle 14,30 alle 16,30

a sabato 4 luglio alle 12:00

(pranzo escluso)

Modulato per fasce di età.

**Per tutti:** al mattino riscaldamento con Ken-jutsu (bokken), sul pratone.

**Judo:** elementi di strategia, teoria, studio e applicazione del waza.

**Per i più grandi:** studio del kata

**Per i giovani:** escursioni, tiro con l'arco.

**Per tutti:** Una notte in tenda.

La sera filmati, letture e approfondimenti.

## Costo

Per 7 notti e 8 giorni: € 350,00

Sconto famiglia 10%

### Modalità di pagamento:

acconto € 50,00 da versare/consegnare unitamente al modulo d'iscrizione (l'acconto equivale alla prenotazione, non è pertanto restituibile).

Saldo all'arrivo al campo o tramite bonifico bancario:

IBAN: IT62-M-05034-01726-000000001555

Causale: "estate 2020 - nome cognome partecipante" (effettuare il bonifico entro la settimana che precede il periodo scelto, all'arrivo consegnare ricevuta o inviare a ilcerchio95@gmail.com)

## Cosa portare

Oltre all'occorrente per lavarsi e vestirsi, judoji, tuta, scarpe da tennis e da trekking (alte), giacca a vento, costume da bagno; zainetto leggero per le passeggiate con dotazione di torcia, borraccia, mantella.

Per la notte in tenda: sacco a pelo invernale e materassino.

La casa fornisce la biancheria per i letti.

Settimana ragazzi e adulti: portare il bokken.

**Attenzione:** assicurarsi che le scarpe da trekking siano della misura giusta!!!

Siamo a 1400 mt, attrezzarsi con pile o maglione per la sera o per il temporale improvviso...

## Info

Piazza 3337483600 • Antonietta 3351601150  
mail: ilcerchio95@gmail.com • www.ilcerchiojudo.it

Per poter contattare i ragazzi al campo: chiamare Piazza 3337483600 solo il martedì o giovedì dalle 19:30 alle 21:00

Sarà cura degli organizzatori chiamare i genitori in caso di necessità

## Modulo di iscrizione campo estivo Zum Zeri 2020

Consegnare al proprio referente o inviare a ilcerchio95@gmail.com



Si accettano le iscrizioni fino a esaurimento posti, entro il 10 maggio 2020

Settimana scelta:  20-27 giugno  27 giugno - 4 luglio

Consegno unitamente all'iscrizione:

- acconto € 50,00 (acconto non restituibile) - In contanti o ricevuta bonifico.
- liberatoria
- fotocopia tessera sanitaria

**nome e cognome** del partecipante

data/luogo di nascita

.....

codice fiscale

.....

indirizzo

.....

telefono/cellulare

.....

mail

.....

palestra/società di provenienza/istruttore:

.....

firma dei genitori (*per i minorenni*)

.....