

J
U
D
O
e
A
V
V
E
N
T
U
R
A

25 giugno - 2 luglio
7/11 anni e dai 12 anni in su

Shochu-Geiko 2023

San Giacomo di Roburent (CN) – 1011 mt

Organizzazione:
Il Cerchio asd - Milano
aps Judo Club Yanagi - Vercelli



www.ilcerchiojudo.it | <https://judoeducazione.wordpress.com>



Shochu-geiko 2023 Judo e avventura

Una settimana di full-immersion nel judo, escursioni, attività creative e motorie con lo scopo di favorire la socializzazione e imparare ad affrontare le piccole difficoltà quotidiane.

I bambini e i ragazzi, seguiti da educatori e maestri di Judo, partecipano attivamente alla gestione della vita di comunità, diventando parte attiva nell'organizzazione degli spazi e nella cura delle piccole incombenze quotidiane, per l'assunzione di responsabilità in vista di una crescita dell'autonomia personale e sociale.

Le attività principali della settimana:

Judo Durante il campo estivo, la pratica del judo è l'estensione naturale del lavoro durante tutto l'anno. Iniziazione all'arte della spada: **Ken-jutsu** (bokken).

Escursioni Impariamo a conoscere il territorio secondo la filosofia sintetizzata nella frase "camminare con il passo dell'ultimo". È lui che dà il ritmo al gruppo e che deve coinvolgere tutti gli altri affinché assieme si possa raggiungere la meta.

Tiro con l'arco Per favorire la concentrazione, regolare il respiro, proiettarsi al centro come estensione della freccia scoccata.

Un'escursione con la **notte in tenda** (tempo permettendo) garantisce l'avventura...

Per i bambini, infine, non può mancare lo spazio per il **gioco**, organizzato e libero.

Per i partecipanti di grado più alto, la **pratica del judo intensiva** permette di studiare con quell'intensità che durante l'anno difficilmente ci si può permettere.

Tutte le attività e l'organizzazione della giornata, sono sempre modulate sulla fascia d'età, sui bisogni e sulle capacità dei partecipanti.

Settimana bambini da 7 a 11 anni ... e ragazzi dai 12 anni in su

domenica 25 giugno – accoglienza dalle 14:30 alle 16:30

domenica 2 luglio fine stage alle 12:00 (il pranzo è escluso)

Albergo Nazionale - via Sant'Anna, 111, 12080 San Giacomo di Roburent CN



Costo

Per 7 notti e 8 giorni: € 400,00

Sconto famiglia: 10% sul secondo iscritto

Modalità di pagamento:

acconto € 80,00 da inviare 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 2023 nome cognome partecipante"

(da effettuare entro il 18 giugno, all'arrivo consegnare ricevuta o inviarla alla mail ilcerchio95@gmail.com)

Iscrizioni entro il 5 maggio.

Inviare modulo iscrizione, liberatoria e ricevuta acconto a ilcerchio95@gmail.com

Info

Alcide 3385241553 • Piazza 3337483600 • Antonietta 3351601150

mail: ilcerchio95@gmail.com

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

Sarà cura degli organizzatori contattare i genitori in caso di necessità.



Dove siamo

San Giacomo di Roburent (Cuneo) mt 1011

Nel cuore delle Valli Monregalesi, in odor di Liguria, San Giacomo di Roburent, cresciuto intorno ad un borgo alpino del 1600, ci accoglierà con i suoi boschi di castagni e le montagne soffici di neve e d'estate di prati verdi, fonti di acque leggere, aria frizzante e boschi delle Fate, lungo percorsi di escursioni avventurose.

Il tatami è all'interno di una tensostruttura, 110 mq posati su un telaio di legno.

Alloggio presso **Albergo Nazionale** - via Sant'Anna, 111

Come arrivare

In auto:

sulla A6 la Milano-Torino-Savona, uscita Niella Tanaro (sia per chi giunge da nord Lombardia, che da sud Liguria), seguire SP 60 per San Michele Mondovì, poi SP 35 per Torre Mondovì, dopo Montaldo Mondovì SP 183 per San Giacomo di Roburent.

In treno:

si raggiunge la stazione di Mondovì (via Torino o Savona), servizio pullman di linea.

Cosa serve

Oltre all'occorrente per lavarsi e vestirsi, judoji, tuta, scarpe da tennis e da trekking (alte), giacca a vento, costume da bagno, sacco a pelo;

zainetto per le passeggiate con dotazione di torcia, borraccia, mantella.

Attrezzarsi con pile o maglione per la sera o per il temporale improvviso...

La struttura fornisce la biancheria per i letti.

Per i più grandi: portare il bokken.

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

Istruzioni con maggiori dettagli saranno inviate ai partecipanti.