



WUSHU CAMP 2024

DETTAGLI

- *luogo*: **Camping Vettore**, Strada San Nicola 15 Montegallo (AP);
- *data inizio*: **domenica 30 giugno**. La consegna delle stanze avverrà a partire dalle ore 16:30. Su richiesta possiamo organizzare un servizio navetta da Roma;
- *data fine*: **domenica 7 luglio**: gli alloggi dovranno essere liberati entro le ore 10:00;
- *costi*: **euro 360,00** a partecipante (*sconto famiglia*: il secondo figlio parteciperà con una quota scontata del 50%).

PER PERMANENZE PARZIALI, RICHIEDERE VIA EMAIL DISPONIBILITÀ

Il pagamento della quota potrà essere effettuato con le seguenti modalità:

1. *contanti*
2. *bonifico*: Banca BPER iban IT04X0538713503000035351073, intestato ad Camping Vettore srl
3. *carta di credito o bancomat*: direttamente all'arrivo al Campeggio

ADESIONE AL CAMPO ESTIVO

Per l'adesione al Campo Estivo è necessario la compilazione del modulo online che si trova al seguente link:

<https://forms.gle/L6qZVYM5CpMN9JpN6>

GLI ALLOGGI

- *alloggiamenti*: **bungalow** da 2/5 posti letto (letti singoli, matrimoniali e a castello) con bagno interno. Le pulizie quotidiane degli alloggi e dei servizi igienici saranno gestiti direttamente dagli alloggiati. Le pulizie finali sono a carico del Camping Vettore;
- *servizio*: pensione completa a menù fisso;
- *servizi aggiuntivi compresi*: biancheria camera (no asciugamani), tutte le attività e le visite previste nel programma.



PROGRAMMA TIPO GIORNALIERO

07:30	sviglia e sistemazione delle stanze
08:00	esercizi di attivazione motoria
08:30	colazione
09:00-11:00	Wushu – allenamenti Tecnici
13:00	pranzo
13:30-14:30	pausa pomeridiana
17:00-19:30	Wushu – allenamenti di Preparazione Fisica e Strategici
20:30	cena
23:00	ritiro nelle stanze

Variazioni del programma giornaliero potranno avvenire in base al tipo di attività.



COSA SERVE PORTARE...

1. **Certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica** (e' obbligatorio per la partecipazione alle attività del Campo Estivo);
2. Pagamento della **quota d'iscrizione** al Campo Estivo;
3. **Abbigliamento:**
 - per le attività quotidiane: pantaloni lunghi, scarpe da trekking, t-shirt a maniche lunghe;
 - per la sera portare almeno due felpe pesati e/o maglioni e un jeans comodo;
 - è consigliabile portare un k-way per la pioggia;
 - per gli allenamenti: abbigliamento tecnico personale, protezioni personali, armi personali, pantaloni della tuta lunghi e/o corti, t-shirt (almeno 6), asciugamano piccolo, scarpe da ginnastica comode.
4. **Medicinali:** nel caso di medicinali da prendere periodicamente, è obbligatorio segnalare la situazione ai referenti indicando esattamente dosaggi e somministrazioni giornaliere.
5. **Allergie o intolleranze:** situazioni di questo tipo devono essere segnalate agli organizzatori indicando esattamente il tipo di allergia o intolleranza e, nel caso, indicando anche gli interventi (medicinali o altro) da effettuare immediatamente.



INFORMAZIONI E CONTATTI

asd Zen Shin Club Italia

www.zenshinclub.it
zenshinclub@gmail.com
+39 351 6209001

Camping Vettore

Strada San Nicola 15, Montegallo (AP)
www.campingvettore.it
campingvettore@gmail.com
+39 0736 807007