

SOLO SE ENTRA  
IN VALIGIA



Sacco a pelo  
Lenzuolo con angoli  
Federa per cuscino  
Pigiama leggero  
Ciabatte doccia  
Asciugamano  
Accappatoio  
Giacca da vento impermeabile  
leggera o k-way  
Slip x 6  
Calze x 6  
(di cui almeno 1 paio pesante tipo trekking)  
T-shirt x 6  
Maglia leggera a manica lunga  
Felpa x 2  
Pantaloncini corti x 6  
Pantaloni lunghi (tuta o jeans) x 3  
Scarpe da ginnastica  
Scarponcini leggeri da trekking  
Sacchetto per biancheria sporca

**Beauty contenente:**

- spazzolino
- dentifricio
- shampoo
- sapone liquido
- fazzoletti di carta
- repellente insetti
- spazzola o pettine se necessario
- asciugacapelli se necessario
- torcia

**Zainetto contenente:**

- borraccia
- cappellino con visiera
- occhiali da sole
- salviettine umidificate

Sacca/zaino Judo  
contenente tutto il necessario  
per l'allenamento

Una busta con il nome contenente:

- fotocopia del tesserino sanitario
- le per terapie in corso

Se si desidera:

- piccolo peluche o oggetto  
(ad esempio luce notturna)  
che rassicuri i bambini prima di dormire
- libro o fumetto
- astuccio e fogli da disegno



## ASSICURAZIONE

Ogni partecipante dovrà essere assicurato presso il club di appartenenza ed essere munito di Certificato di Buona Salute rilasciato dal Medico di famiglia o da Istituto abilitato.

Gli insegnanti dovranno essere muniti di assicurazione RC E' necessario consegnare una fotocopia del tesserino sanitario con indicazioni dell'ultimo richiamo dell'antitetanica e la Fotocopia della tessera ASL.

# CAMP ESTIVO JUDO



CENTRO  
ASTERIA



ASTERIA  
NIGUARDA

GIUGNO  
LUGLIO

2019

con il  
patrocinio di:



Comune di  
Milano

# Jita Kyoei

insieme per crescere e progredire



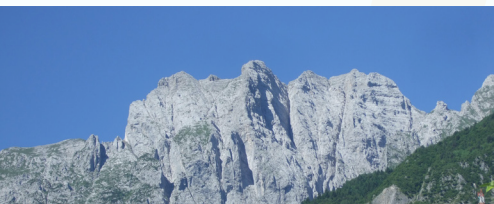
JUDO  
LABORATORI  
GIOCHI  
POLISPORTIVI



da **6**  
a **12** anni  
2012 - 2005

**1**  
Settimane  
dal 30 Giugno al 6 Luglio

EDUCARE AL SENSO  
DI RESPONSABILITA'  
ATTRAVERSO  
LO SPORT E IL  
DIVERTIMENTO  
PROMUOVERE  
E SCOPRIRE LE  
PROPRIE CAPACITA'  
E ATTITUDINI  
EDUCARE ALLA  
COLLABORAZIONE,  
AL LAVORO DI  
GRUPPO ALLA  
SOCIALIZZAZIONE  
ALLENARSI INSIEME



Domenica  
**30**  
Giugno

**ANDATA**

DOVE  
ANDIAMO?  
CEMMO DI  
CAPODIPONTE (BS)  
via M. Cocchetti n. 5  
CAP 25044



**PARTENZA**

ore 9:30  
arrivo dei genitori

ore 10  
presentazione dei lavori e delle attività  
svolte con filmati, fotografie  
e testimonianze dirette

ore 12  
Pic-Nic con i Genitori nel parco della casa  
Vacanze

ore 14  
Partenze

**PARTENZA**

Bus dell'organizzazione

ore 15  
Centro Asteria  
P.zza F. Carrara 171

ore 15.30  
Viale Berbera  
Judo Niguarda



**ARRIVO**

ore 17  
Cemmo (casa vacanze)

ore 18  
Sistemazione  
e presentazione  
del programma  
settimanale

ore 19  
primo allenamento

ore 20:30  
cena al sacco  
(portato da casa)

**RITORNO**

Sabato  
**6**  
Luglio



## ISCRIZIONI

A NUMERO CHIUSO

Caparra di € 100  
entro Sabato 11 Maggio

(restituibile solo se l'iscrizione sarà annullata almeno due settimane prima della partenza con giustificato motivo).

Saldo entro il Sabato 15 Giugno

Attraverso bonifico bancario con causale:  
"iscrizione camp Jita Kyoei"  
IBAN IT2910335901600100000008271

T. 02 84 60 919  
sport@centroasteria.it  
www.centroasteria.it

**€ 320**  
Tutto Compreso

