

Crissolo

(Vallée du Po, sur le mont Monviso) - Italie, Piemont, alt. 1400 m

SÉMINAIRE ESTIVAL

AIKIDO e MISOGI

28 Juillet - 6 Août 2018

avec



SHIHAN BRUNO MAULE 8^{ème} Dan

Referent National CSEN du secteur AIKIDO

Le séminaire est ouvert à tous.

Associazione Atletica Ki Aikido Italia a.s.d.



PROGRAMME: Samedi 28 juillet
Dimanche 29 juillet
Dimanche 5 août
Lundi 6 août

Bienvenue à la CITTA' SUL MONTE des 14h00
Début du séminaire à 7h00
Fin du séminaire à 13h00
Vider les chambres jusqu'à 9h30

PRATIQUE ADULTES: MISOGI de 7h00 à 8h00
AIKIDO / ARMES de 8h30 à 13h00

PRATIQUE POUR ENFANTS: AIKIDO de 9h30 à 11h30

Tous les participants doivent avoir une assurance accidents.

Prière d'apporter Bokken, Jo et Tanto.

LOGIS: La Città sul Monte - Crissolo (CN)

REPAS: Petit déjeuner à 8h00
Déjeuner à 13h30
Dîner à 19h30

Menu végétarien et vegan sur demande.



Chambres: de 2 à 12 personnes. La maison fournit draps et couvertures.

Prière d'apporter des serviettes.

Toilettes à l'étage, avec douches; eau chaude. Parking réservé. Deux grandes salles à manger. Bar avec TV et magnétoscope. Possibilité de présentation de vidéo, chaîne musique. Salle de jeux bien équipée. Cour polyvalente avec portique, terrain de volley et terrain de football à 7.

À la salle à manger toute aide pour débarrasser les tables sera la bienvenue.

LOISIRS: Volleyball, baby-foot, tennis de table, jeux de société

EXCURSIONS: Jacs de Pian del Re (m 2020)

La grotte de Rio Martino (m 1530)

Balma Boves Sanfront (à 16 km de Crissolo)

Vous pouvez également: visiter l'ancienne ville de Crissolo, le hameau Borgo, Ostana (inclus dans la liste des villes les plus belles en Italie), marchant dans les sentiers le long de la rivière Po, dans les bois, le sanctuaire de San Chiaffredo, à Pian della Regina (1714 m), au Monte Tivoli (1791 m)

Nous recommandons: bottes, anorak, pull

Réservations jusqu'au 30 juin 2018.

Pour ceux qui ne voudraient pas séjourner dans l'établissement, l'on peut trouver un hébergement dans les hôtels situés à Crissolo.

Pour information: Office de Tourisme - Cellule Crissolo. +39 329 210 7681

POUR INFORMATIONS SUR LES COÛTS ET INSCRIPTIONS:

Maule Bruno: portable +39 340 95 15 972 e-mail: brunomaule29@gmail.com
facebook: Centro Sportivo Amos Novara - Dojo Ronin Ki Aikido Novara
site web: www.kiaikidoitalia.org

