

CRISSOLO

(Valle Po, sul monte Monviso) - IT Piemonte 1400 mt s.l.m.

Seminario estivo CSEN 2022

Adulti e Bambini

AIKIDO e MISOGI

1 - 11 Agosto 2022



Bruno Maule Sensei

Referente Nazionale CSEN settore AIKIDO

in collaborazione con altri Maestri

Il seminario è aperto a tutti purchè regolarmente iscritti.

La presenza costituisce Attività Formativa Istituzionale

Per info:

Bruno Maule +39 340 95 15 972 / e-mail: brunomaule29@gmail.com

Centro Sportivo Amos Novara - Dojo Ronin Ki Aikido Novara

Dojo Ronin Ki Aikido Novara



Instagram





PROGRAMMA:

Lunedì	1 Agosto	Accoglienza presso LA CITTA' SUL MONTE dalle ore 14:00
Martedì	2 Agosto	Inizio seminario alle ore 7:00
Mercoledì	10 Agosto	Fine seminario alle ore 13:00
Giovedì	11 Agosto	Lasciare libera la camera entro le ore 9:30

Durante il seminario ci sarà la sessione d'esame.

PRATICA ADULTI: MISOGI dalle ore 7:00 alle ore 8:00
AIKIDO / ARMI dalle ore 8:30 alle ore 13:00

Portare Bokken, Jo e Tanto.

La sera saranno proiettati filmati dei Maestri.

Tutti i partecipanti dovranno essere in possesso di regolare copertura assicurativa

ALLOGGIO: La Città sul Monte - Crissolo(CN)

VITTO: Colazione ore 8:00
Pranzo ore 13:30
Cena ore 19:30

Menu vegetariano e vegano su richiesta.



Grotta di Rio Martino

Le camere: Da 2 a 12 persone. La casa fornisce lenzuola e coperte. **Portare gli asciugamani.**

Servizi ai piani, con docce; acqua calda. Parcheggio riservato. Due ampie sale da pranzo. Bar con TV e videoregistratore. Possibilità di video proiezioni, impianto di diffusione sonora. Sala giochi attrezzata. Vasto cortile polivalente con porticato, campo da pallavolo e campo da calcio a 7.

E' gradita la collaborazione in sala da pranzo per sparecchiare i tavoli.

SVAGO: Pallavolo, calcetto, tennis tavolo, giochi da tavolo, gioco libero.

ESCURSIONI: I laghi di Pian del Re (m. 2020)
La grotta di Rio Martino (m. 1530)
Balma Boves Sanfront (a 16 km da Crissolo)



Lago Fiorenza - Pian del Re

Si potrà inoltre: visitare l'abitato antico di Crissolo, la frazione Borgo, Ostanta (inserito nell'elenco de *I borghi più belli d'Italia*), fare passeggiate per i sentieri lungo il Po, nei boschi, al santuario di San Chiaffredo, al Pian della Regina (m. 1714), Pian del Re (m. 2020), Lago Fiorenza (m. 2113), al monte Tivoli (m. 1791)...

Si consigliano: scarponcini, giacca a vento, maglione, torcia elettrica.

Chi non volesse soggiornare nella struttura può trovare sistemazione presso gli alberghi siti in Crissolo.

Per informazioni: Ufficio Turistico – Crissolo cell. +39 329 210 7681

Prenotazioni entro il 15 luglio 2022 (POSTI LIMITATI).



AIKIDO



ARMI



MISOGI