

BASKET CAMP SANTO STEFANO D'AVETO

2023

ORGANIZZATO DA



PER I NATI DAL 2009 AL 2014

PARTENZA
25 GIUGNO 23

RIENTRO
01 LUGLIO 23

1 SETTIMANA DI BASKET E
DIVERTIMENTO A 360°

ALLENAMENTI INDOOR E OUTDOOR,
GITE NELLA NATURA, NUOTATE IN
PISCINA, ESCURSIONI A CAVALLO.

NELLA SPLENDIDA CORNICE DI
SANTO STEFANO D'AVETO

COSTO PER PARTECIPANTE

600 €

PENSIONE COMPLETA IN ALBERGO
/ DIVISA CAMP / ASSICURAZIONE /
PREMIAZIONE FINALE

COSTO PER RESIDENTI, SENZA ALBERGO

300 €

DIRETTORE E REFERENTE
COACH ALESSANDRO GIACOBBE
& STAFF TECNICO ARDITA

per info e modulo di iscrizione recarsi in
segreteria presso la sede o contattare:
coach Giacobbe cell. 349 090 9030



PROGRAMMA CAMP

RITROVO: domenica 25 giugno entro le ore 18.00 presso l'albergo San Lorenzo, via Guglielmo Marconi, 26, 16049 Santo Stefano d'Aveto (GE)

RIENTRO: sabato 1 luglio dopo il pranzo

PROGRAMMA GIORNALIERO

7.45 _ SVEGLIA

8.00 _ COLAZIONE

9.30 - 11.45 _ ALLENAMENTO

12.30 _ PRANZO

fino alle 15.30 _ RIPOSO

16.00 - 18.30 _ ALLENAMENTO

19.30 _ CENA

fino alle 22.30 _ USCITA SERALE

23.00 _ LUCI SPENTE

Gli orari possono variare a seconda delle attività protemmo proporre.

COSA METTERE IN VALIGIA

Oltre al vestiario di tutti i giorni per i 7 giorni di camp, ogni partecipante dovrà essere provvisto di:

- KWAY
- MAGLIONE / PILE
- 1 PAIO DI SCARPE DA TREKKING
- 1 PAIO DI SCARPE PER ALLENAMENTI BASKET
- CAMBIO INDUMENTI PER ALLENAMENTI BASKET
- COSTUME DA BAGNO / ASCIUGAMANO / CIABATTE
- ACCAPPATOIO
- CREMA PROTETTIVA RAGGI SOLARI
- SPRAY ANTI-ZANZARE O SIMILARI

