



*IMPROVE YOUR
SKILLS.*

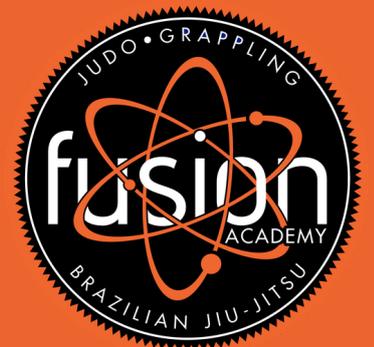
BJJ

SUMMER CAMP

29 GIUGNO - 2 LUGLIO
2022 Cascia (UMBRIA)



YOSHOKAN



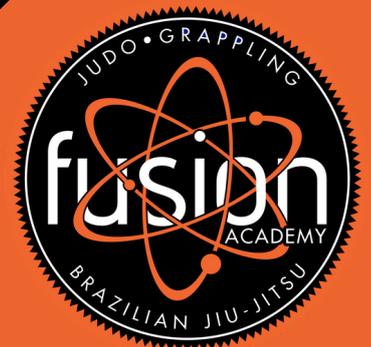
IL CAMP ESTIVO DELLA NOSTRA ACCADEMIA.

"VIVI UN' ESPERIENZA DI TATAMI UNICA CON I TUOI
COMPAGNI DI ALLENAMENTO"

Il BJJ SUMMER CAMP è un raduno
intensivo di 4 giorni creato
appositamente per i praticanti di BJJ. E'
strutturato affinché tutti i partecipanti
vivano intensamente questa esperienza
implementando la loro consapevolezza e
competenza tecnica. Il BJJ SUMMER
CAMP prevede fino a 2 sessioni
giornaliere di allenamento. Al BJJ
SUMMER CAMP, possono partecipare
anche i vostri Amici e Familiari e sarà
possibile usufruire di un servizio di BABY
SITTING SPORTIVO
due volte al giorno per chi avrà bambini
al seguito (dai 6 anni in su).



YOSHOKAN



PROGRAMMA

MERCOLEDÌ (FESTIVO)

- ARRIVO ENTRO LE 15:30 E CHECK IN
- ALLENAMENTO BJJ ORE 17:00/19:00
- CENA DALLE ORE 19:30

GIOVEDÌ E VENERDÌ

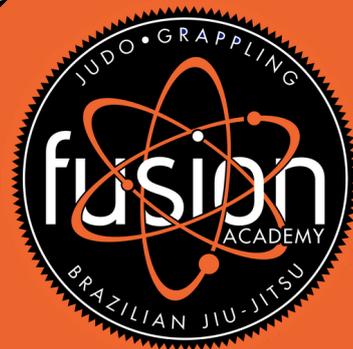
- COLAZIONE DALLE ORE 7:00
- ALLENAMENTO BJJ ORE 9:00/11:00
 - RELAX
- PRANZO DALLE ORE 13:00
 - RELAX
- ALLENAMENTO BJJ ORE 16:30/18:30
- CENA DALLE ORE 19:30

SABATO

- COLAZIONE DALLE ORE 7:00
- ALLENAMENTO BJJ ORE 9:00/11:00
 - RELAX
- PRANZO DALLE ORE 13:00
 - CHECK OUT
- ESCURSIONE IN RAFTING



YOSHOKAN



QUOTE

QUOTE PRATICANTI

- € 270 iscrizione entro il 22-05-2022
- € 340 iscrizione entro il 12-06-2022

QUOTE ACCOMPAGNATORI

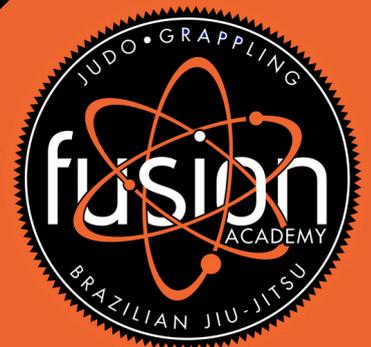
- € 220 iscrizione entro il 22-05-2022
- € 290 iscrizione entro il 15-06-2022

QUOTE BAMBINI

- GRATIS fino ai 4 anni nel letto con genitori (da pagare solo pasti da quantificare secondo esigenze)
- € 145 dai 5 ai 10 anni
- € 210 dagli 11 anni in su



YOSHOKAN



Le quote COMPRENDONO:

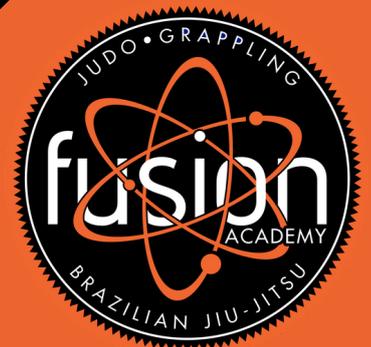
- *Alloggio in camere doppie o triple (singola con supplemento di €20 al giorno)*
- *Pensione completa (colazione, pranzo e cena) dalla cena del mercoledì al pranzo del sabato bevande escluse*
- *1/2 sessioni di allenamento al giorno di BJJ (non accompagnatori)*
- *Baby sitting sportivo per 1 sessione al giorno (mercoledì e sabato); 2 sessioni al giorno (giovedì e venerdì)*
- *1/2 sessioni al giorno di allenamento funzionale per Accompagnatori*

Le quote NON COMPRENDONO:

- *Telefonate dalla struttura dell'Hotel, consumazioni al bar e tutto quello non specificato come incluso nella voce "le quote COMPRENDONO"*
- *Escursione RAFTING del Sabato*



YOSHOKAN



TI ASPETTIAMO!



YOSHOKAN

