



ASD ZEN SHIN CLUB - ITALIA -

SPORT GREEN CAMP 2025

DETTAGLI

- luogo: Camping Vettore, Strada San Nicola 15 Montegallo (AP);
- data inizio: domenica 29 giugno. La consegna delle stanze avverrà a partire dalle ore 16:30. Su richiesta possiamo organizzare un servizio navetta da Roma;
- data fine: domenica 6 luglio: gli alloggi dovranno essere liberati entro le ore 10:00;
- costi: euro 360,00 a partecipante (*sconto famiglia: secondo figlio sconto del 30%; il terzo figlio sconto 50%*).

PER PERMANENZE PARZIALI, RICHIEDERE VIA EMAIL DISPONIBILITÀ

Il pagamento della quota potrà essere effettuato con le seguenti modalità:

- **contanti**
- **bonifico** : Banca BPER iban IT04X0538713503000035351073, intestato ad Camping Vettore srl
- **carta** di credito o bancomat : direttamente all'arrivo al Campeggio

PRE-ISCRIZIONE

LA PRE-ISCRIZIONE VA EFFETTUATA ENTRO IL GIORNO **17 MAGGIO 2025**

Per la prenotazione è sufficiente la compilazione online del modulo di adesione:

<https://forms.gle/GubxMEk42fs1oxWSA>

SERVIZI

- pernottamento: il pernotto è previsto in bungalow condiviso da 2/5 posti letto (letti singoli, matrimoniali e/o a castello) con bagno interno. Le pulizie quotidiane degli alloggi e dei servizi igienici saranno gestiti direttamente dagli alloggiati. Le pulizie finali sono a carico del Camping Vettore;
- servizi: pensione completa a menù fisso, biancheria camera (**NO ASCIUGAMANI**), tutte le attività e le visite previste nel programma.



PROGRAMMA TIPO GIORNALIERO

07:30	sveglia e sistemazione delle stanze
08:00	esercizi di attivazione motoria
08:30	colazione
09:30-11:30	attività sportive (arti marziali e ginnastica)
13:00	pranzo
13:30-14:30	pausa pomeridiana
15:30-18:30	laboratori didattici o attività sportive / escursioni guidate
19:30	cena
20:30	attività di gruppo (proiezione video, giochi di società)
22:00	ritiro nelle stanze

Escursioni previste nel programma:

- Trekking in montagna seguendo il 'Sentiero dei Mulini'

Variazioni del programma giornaliero potranno avvenire in base al tipo di attività.

COSA SERVE PORTARE...

1. **Certificato** di idoneità all'attività sportiva non agonistica (e' obbligatorio per la partecipazione alle attività del Campo Estivo);
2. **Pagamento** della quota d'iscrizione al Campo Estivo;
3. **Abbigliamento:**
 - per le attività quotidiane: pantaloni lunghi, scarpe da trekking, t-shirt a maniche lunghe, è consigliabile portare un k-way per la pioggia;
 - per la sera portare almeno due felpe pesati e/o maglioni e un jeans comodo;
 - per gli allenamenti: pantaloni della tuta lunghi e/o corti (almeno 3), t-shirt (almeno 6), asciugamano piccolo, scarpe da ginnastica comode.
4. **Medicinali:** nel caso di medicinali da prendere quotidianamente, è obbligatorio segnalare la situazione ai referenti indicando esattamente dosaggi e somministrazioni giornaliere;



5. **Allergie o intolleranze:** situazioni di questo tipo devono essere segnalate agli organizzatori indicando esattamente il tipo di allergia o intolleranza e, nel caso, indicando anche gli interventi (medicinali o altro) da effettuare immediatamente;
6. **Regimi alimentari** particolari: eventuali menù specifici devono essere anticipatamente comunicati;
7. I **cellulari** non saranno consentiti durante le attività di gruppo e i pasti.

INFORMAZIONI E CONTATTI

asd Zen Shin Club Italia

www.zenshinclub.it

zenshinclub@gmail.com

+39 351 6209001

Camping Vettore

Strada San Nicola 15, Montegallo (AP)

www.campingvettore.it

campingvettore@gmail.com

+39 0736 807007