



RugbyMetanopoli

# SPORT CAMP VALMALENCO 2017

Dopo l'incredibile esperienza degli anni passati, il Rugby Metanopoli vi invita a passare un'altra estate all'insegna dello sport, immersi nella natura, nell'arte e nella cultura.

## DOVE

Caspoggio

- Lanzada - Chiesa in Valmalenco - Sondrio -

## QUANDO

dal 9 al 15 Luglio 2017

## PER CHI

Il campus è aperto a tutti i bambini e ragazzi **nati dal 2010 al 2001**

## ATTIVITÀ

Gli allenamenti di rugby saranno svolti nel centro sportivo L. Negrini di Caspoggio. Ogni allenamento avrà un tema specifico, con l'idea di sviluppare, migliorare e dare completezza tecnica rispetto ai fondamentali del gioco con la palla ovale. Questi termineranno con un torneo interno dove sarà possibile mettersi alla prova e divertirsi con ragazzi di pari età.

Al rugby si aggiungeranno attività come:

**Arrampicata sportiva**, che si svolgerà al centro sportivo Pradasc, nel comune di Lanzada. L'attività sarà su una parete artificiale, e assistita da istruttori qualificati ed esperti in modo da simulare l'esperienza alpina in tutta sicurezza e pieno divertimento.

**Mountain bike**, in collaborazione con "bike Bernina", si potrà praticare questo sport per esplorare e scoprire la bellissima Valmalenco.

**Gita al Lago Palù**, un momento magico, immersi nella natura incontaminata, per un pò di relax e di pausa dalle attività sportive.

**Visita alla Centrale Idroelettrica** di Campo Moro e alle dighe della Valmalenco Alpe Gera e Campo Moro.

E ancora calcio, dogeball, ultimate tutti gestiti da istruttori esperti e personale specializzato.

## PROGRAMMA

### **Domenica**

Check-in ore 15.30 in piazza Santa Barbara a San Donato Mil.se.  
Partenza ore 16.00.  
All'arrivo sistemazione nelle camere e presentazione camp.

### **Lunedì**

Allenamento di rugby e attività sportive/extra.

### **Martedì**

Allenamento di rugby e attività sportive/extra.

### **Mercoledì**

Gita al Lago Palù e pranzo tipico al Rifugio Palù/Partita istruttori/staff Rugby Touch.

### **Giovedì**

Allenamento di rugby e attività sportive/extra.

### **Venerdì**

Arrampicata Sportiva e nel pomeriggio visita alla Centrale Elettrica.

### **Sabato**

Check-out ore 10.00, allenamento di rugby e festa di fine campus con pranzo tipico valtellinese.  
Ritiro ragazzi in loco.

## PROGRAMMA GIORNATA TIPO

8.00	Sveglia
8.30	Colazione
9.00	Riordino Camere
10.00 - 11.30	Allenamento di rugby
12.30	Pranzo
13.30 - 14.30	Tempo libero
15.00 - 16.30	Attività sportive/extra.
16.30	Merenda
17.00 - 18.00	attività sportive/extra.
19.30	Cena
21.00 - 22.30	Giochi serali organizzati
23.00	In branda



**SPORT  
CAMP**  
VALMALENCO2017

### **HOTEL KENNEDY**

via Don Bosco, 26 - 23020 Caspoggio (SO)  
Tel. 0342 558 055/453 730  
Fax 0342 558 088  
info@hkennedy.net

### **TRASPORTO**

**ANDATA** da San Donato Mil.se a Caspoggio, in PULLMAN.

**RITORNO** ritiro in loco a cura dei genitori

Gli spostamenti in paese avverranno a piedi o con pullman a noleggio.

### **KIT D'ABBIGLIAMENTO**

A disposizione 2 divise da allenamento complete da utilizzare durante gli allenamenti di rugby.

### **IN REGALO**

2 t-shirt tempo libero, 1 pantaloncino tempo libero, 1 zainetto

## **ISCRIZIONE**

Modulo di iscrizione su  
**WWW.RUGBYMETANOPOLI.IT**

**Il costo base dell'iscrizione è di 420€ per il primo figlio**  
(400€ per il secondo figlio)

**Il costo dell'iscrizione per i SOCI è di 400€ per il primo figlio**  
(380€ per il secondo figlio)

La quota comprende 6 notti pensione completa, trasporto in autobus per il SOLO viaggio di andata, allenamenti di rugby e attività extra, assicurazione infortuni, kit d'abbigliamento, gita al lago Palù con pranzo tipico valetellinese, visita alla Centrale Elettrica, festa di fine campus con pranzo tipico.

### **RESPONSABILE CAMPUS**

**Matteo Samaden** matteo.samaden@rugbymetanopoli.it / 348 57 51 386