CRISSOLO

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

Seminario estivo 2025

AIKIDO e MISOGI

2 - 12 Agosto 2025

Bruno Maule Shihan

Referente Nazionale CSEN settore AIKIDO
Formatore Nazionale CSEN AIKIDO

Seminario condiviso con le cinture nere presenti
(ogni cintura nera ha a disposizione 1 ora per lezione)

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

Dojo Ronin Ki Aikido Novara

La CITTA' sul MONTE

PROGRAMMA:

Sabato	2 Agosto	Accoglienza presso LA CITTA' SUL MONTE dalle ore 14:00
Domenica	3 Agosto	Inizio seminario alle ore 7:30
Lunedi	11 Agosto	Fine seminario alle ore 13:00
Martedi	12 Agosto	Lasciare libera la camera entro le ore 9:30

Durante il seminario ci sarà la sessione d'esame.

PARCO AVVENTURA

PRATICA: *MISOGI* dalle ore 7:30 alle ore 8:30

AIKIDO / ARMI dalle ore 9:15 alle ore 13:00

Portare Bokken, Jo e Tanto.

Tutti i partecipanti dovranno essere in possesso di regolare copertura assicurativa

GROTTA di RIO MARTINO

ALLOGGIO: La Città sul Monte - Crissolo(CN)

VITTO: Colazione ore 8:30
Pranzo ore 13:30
Cena ore 19:30
Menu vegetariano e vegano su richiesta.

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. 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, ping pong, 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, Ostana (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), Il Buco di Viso (in francese Tunnel de la Traversette).

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 20 luglio 2025 (POSTI LIMITATI).

AIKIDO

ARMI

MISOGI