

IN ESCLUSIVA
PER L'ITALIA



ASSOCIAZIONE
DIPLOMATICA
FERROVIARIA
DLF
BOLOGNA



LEICESTER TIGERS



TigersRugbyCamp 2017

Pian di Val Gardena
dal 25 Giugno al 7 Luglio 2017

per i ragazzi del
2001-2002-2003-2004
2005-2006-2007-2008



MODALITA' DI ISCRIZIONE E PAGAMENTO

La domanda d'iscrizione dovrà essere inoltrata compilando il form di iscrizione online sul sito: www.tigerscampitalia.it.

La conferma alla partecipazione avverrà dopo aver effettuato il versamento della caparra di € 150, entro e non oltre il 15 Marzo 2017.

Una copia del bonifico dovrà essere inviata via E-mail a m.pasotti@dlf.it

Il saldo di € 350,00 dovrà essere effettuato entro il 15 aprile 2017 tramite bonifico bancario e dovrà esserne inviata una copia a m.pasotti@dlf.it

bonifico acconto e saldo, intestati a:
SSD DLF SPORT BOLOGNA
IBAN: IT61E0200802416000101329503
Banca UniCredit Via Stalingrado Bologna

RICORDATE FIN DA ORA CHE IL GIORNO DI ARRIVO A BOLOGNA, DOVRETE CONSEGNARE IN BUSTA CHIUSA A UN RESPONSABILE:

- copia del certificato medico d'idoneità alla pratica sportiva;
- copia del documento di riconoscimento,
- copia della tessera sanitaria valida.
- eventuali medicinali per allergie o cure in atto (allegate anche due righe scritte a mano con le indicazioni per la somministrazione).

Per eventuali ulteriori informazioni contattare la segreteria:

Telefono: **366 7856774** (Marzia)



“SCOPRI LE METODOLOGIE D'ALLENAMENTO UTILIZZATE DAI LEGGENDARI CAMPIONI INGLESI”

Uno staff tecnico composto dagli allenatori dei Leicester Tigers, ti offrono per il quinto anno consecutivo l'opportunità di partecipare al Tigers Rugby Camp 2017 in Val Gardena.

Ogni giorno avrai il piacere di essere allenato dai tecnici di uno tra i più importanti rugby team del mondo in lingua inglese, coadiuvati da uno staff tecnico italiano.

Scoprirai il significato della terminologia specifica del gioco del rugby, la nomenclatura originale dei ruoli e vivrai le metodologie di preparazione più avanzate.

Il camp è riservato dal **25 Giugno al 01 Luglio** ai ragazzi del **2005, 2006, 2007, 2008** e dal **1 Luglio al 7 luglio** ai ragazzi del **2001, 2002, 2003, 2004** con le seguenti caratteristiche:

- massimo 60 partecipanti per turno.
- Quota di 500,00 euro comprende:
- 7 giorni (6 notti) di trattamento pensione completa in hotel.
- Kit tecnico di lavoro
- Attività tecnica
- Attività ricreativa e gita
- Intrattenimento
- Trasporto in treno da Bologna all'hotel e viceversa
- Assicurazione infortuni.

Ogni giorno i ragazzi saranno seguiti da:

- direttore del centro
- tecnici Leicester Tigers
- tecnici Tutor
- segretaria



Saranno utilizzati soprattutto cibi di stagione, prodotti biologici e cibi locali. Il tutto per dare più gusto ottenere il gradimento dei ragazzi, ma soprattutto garantire salute e benessere.

Struttura ricettiva:

La Casa Alpina DLF, hotel a 2 stelle, è situata a Plan, a circa 1 km dal centro di Selva Gardena, una delle tre località principali della valle, a 1.560 metri slm.



Il campo di allenamento è in erba sintetica situato a fianco all'hotel.

Strada Plan, 45 Selva Val Gardena,
Bolzano
Tel. 0471 795165
e-mail info@hotelcasaalpina.it

Uff. Bologna tel. 051 4193227



GIORNATA TIPO:

08.00 sveglia

08.30 colazione

09.30 - 11.30 Allenamento 1

12.00 - 14.00 pranzo in Hotel

14.00 -16.00 Allenamento 2

16.30 - 17.30 Merenda in Hotel

18.00 - 18.30 Attività ricreativa, escursioni, piscina, albering

20.00 - 21.00 Cena in Hotel

21.00 - 21.50 Attività ricreativa

22.10 - Silenzio!