



Unione Gruppi Jiu Jitsu A.S.D. C.F.F.S. Jiu Jitsu Cogoletto

Oggetto: Programma iniziativa „Jiu Jitsu outdoor“ Vara inferiore 26-27-28 giugno 2026

Venerdì 26 giugno

- h. 15.00 – 16.00 accoglienza e assegnazione camere
- h. 16.00 – 16.30 Welcome e safety meeting
- h. 16.30 – 18.30 Allenamento e giochi propedeutici
- h. 18.30 – 19.30 tempo libero, relax e aggregazione (supervisionato dagli organizzatori)
- h. 19.30 – 20.30 cena
- h. 20.30 – 21.30 attività di gruppo
- h. 21.30 bimbi a nanna

Sabato 27 giugno

- h. 07.30 sveglia
- h. 08.00 – 09.00 colazione
- h. 9.30 – 12.00 piccola escursione e allenamento itinerante
- h. 12.30 – 14.00 pranzo
- h. 14.00 – 15.30 tempo libero, relax e aggregazione (supervisionato dagli organizzatori)
- h. 15.30 – 18.30 giochi campestri a squadre
- h. 18.30 – 19.30 tempo libero, relax e aggregazione (supervisionato dagli organizzatori)
- h. 19.30 – 20.30 cena
- h. 20.30 – 21.30 attività di gruppo
- h. 21.30 bimbi a nanna

Domenica 28 giugno

- h. 07.30 sveglia
- h. 08.00 – 09.00 colazione

- h. 9.30 – 12.00 Allenamento e giochi propedeutici
- h. 12.00 – 12.30 preparazione borse per rientro e tempo libero
- h. 12.30 – 15.00 pranzo e chiusura evento
- h 15.00 – 16.00 arrivo dei genitori per ritiro bimbi e rientro

Cordialmente

Unione Gruppi Jiu Jitsu