

Bosco Gurin

CH, Ticino, 1500 m s/m



AIKIDO e MISOGI

seminario estivo per istruttori e dan
24 - 31 agosto 2019

con

Yoshigasaki Sensei

Il seminario è consigliato agli amanti della montagna, del silenzio, della meditazione e della cultura giapponese

Associazione Ticinese Ki Aikido Balerna

accoglienza dei partecipanti

c/o Scuola Montana (casa Pometta)
sabato, 24 agosto 2019 dalle ore 16:00

inizio del seminario

domenica, 25 agosto 2019 alle ore 08:30

fine del seminario

sabato, 31 agosto 2019 alle ore 12:00

pratica

Misogi

06:15 – 07:15

Aikido

08:30 – 09:45 pausa 10:15 – 12:00

vitto

07:30 colazione

13:00 pranzo

18:30 aperitivo

19:00 cena

menu vegetariano su richiesta

dojo

c/o Residenza Ostello Giovanibosco



sport e svago

escursioni alla capanna Grossalp,
1900 m s/m percorso facile 1 h



passeggiate e bagni ai fiumi Rovana e Maggia,
visite a luoghi e monumenti suggestivi della
Vallemaggia



altre proposte d'escursione

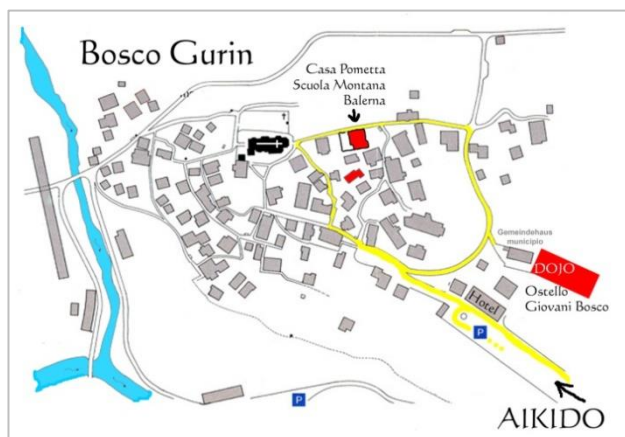
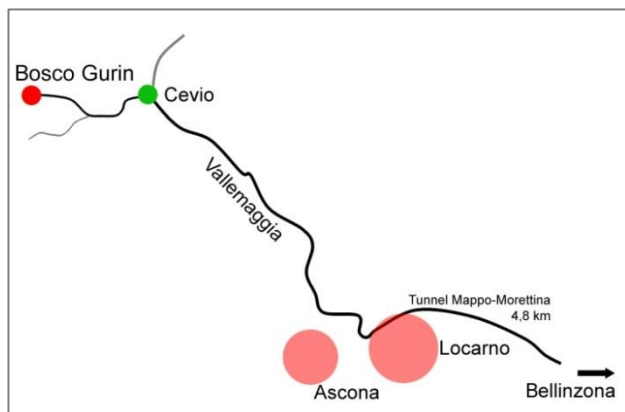
Val Bavona, Valle Lavizzara, Valle Onsernone
e/o Robiei-Basodino, con teleferica

equipaggiamento consigliato:

scarponcini, giacca a vento, maglione

come arrivare

da Locarno proseguire in direzione Vallemaggia fino a Cevio (25 km),
a Cevio svoltare a sinistra seguendo le indicazioni per Bosco Gurin (16 km).



www.aikido-balerna.ch
www.kiaikido.ch

www.bosco-gurin.ch
www.walserhaus.ch

alloggio

presso casa Pometta e casa Don Bosco



camere da 4 a 8 persone,
pernotto con sacco a pelo, docce e WC ai piani

è escluso il libero campeggio a Bosco Gurin

è gradita la collaborazione in sala da pranzo per
apparecchiare e sparecchiare i tavoli



iscrizioni

tramite le persone di contatto

Yvette (it, fr) 0041 79 561 59 37
yvettevoumard@bluewin.ch
Govert (en, nl) 0041 79 744 32 08
erkelens@bluewin.ch
Bernhard (de, en) 0041 79 321 74 57
boll@bluewin.ch

costi

seminario Aikido e Misogi

la settimana 130 CHF
costo per un giorno 25 CHF

pensione completa

la settimana 420 CHF
per un giorno 60 CHF

euro: cambio del giorno

è richiesto un acconto di CHF 400 da versare
entro il 30 giugno 2019 alla

Associazione Ticinese Ki Aikido Balerna

PostFinance 3030 Berna
IBAN CH40 0900 0000 6521 4517 0
BIC POFICHBE

Il saldo in contanti dovrà avvenire al momento
dell'arrivo a Bosco Gurin.
Non saranno accettati pagamenti tramite assegni.

Tutti i partecipanti devono essere assicurati
privatamente contro gli infortuni ed avere una
copertura assicurativa in caso di ospedalizzazione
e/o intervento medico in Svizzera.