



in collaborazione con  
l'Assessorato allo  
Sport della Provincia  
di Parma



con il coordinamento  
dell'Amministrazione  
Comunale di  
Monchio delle Corti

sponsor tecnico  
**CALDANA**  
INTERNATIONAL  
TOURS & TRAVELS



## VYP CARIPARMA BASEBALL SUMMER CAMP A MONCHIO DELLE CORTI (Parma)

### PROGRAMMA 2008

#### Lunedì 14 luglio 2008

- Ore 09.30 partenza con pullman G.T. riservato da Brescia (casello autostradale Brescia Centro - ore 7.30), Reggio Emilia (casello autostradale Punto Blu - ore 9.00) e Parma (parcheggio scambiatore nord - ore 9.30) per Monchio delle Corti, centro di villeggiatura montana dell'Appennino Parmense a circa 1.000 m.s.l.m.
- Ore 11.30 arrivo in loco e sistemazione in ostello
- Ore 12.00 presentazione dello staff e piano di lavoro
- Ore 12.30 pranzo in ostello e relax
- Ore 14.30 trasferimento in pullman riservato al centro sportivo di Pianadetto e attività tecnico-atletica in campo
- Ore 18.30 rientro all'ostello
- Ore 19.30 attività di accoglienza e conoscenza reciproca con la psicologa dello sport
- Ore 20.00 cena in ostello
- Ore 21.00 attività di gruppo e relax
- Ore 23.00 ritiro nelle stanze

#### Martedì 15 luglio 2008

- Ore 08.00 colazione
- Ore 09.00 trasferimento in bus al centro sportivo di Pianadetto e attività tecnico-atletica in campo con gli atleti del CARIPARMA BASEBALL. Stage per i lanciatori con il pitching-coach Giacomo Bertoni
- Ore 12.30 pranzo presso il Centro Sportivo e relax
- Ore 15.00 attività tecnico-atletica in campo a Pianadetto
- Ore 18.30 rientro all'ostello
- Ore 19.30 dialogo con la psicologa: il rispetto per il gioco - cos'è veramente e cosa comporta
- Ore 20.00 cena in ostello
- Ore 21.00 attività di gruppo e relax
- Ore 23.00 ritiro nelle stanze

#### Mercoledì 16 luglio 2008

- Ore 08.00 colazione
- Ore 09.00 trasferimento in bus al centro sportivo di Pianadetto e attività tecnico-atletica in campo con il contributo di Giulio Montanini. Stage per i lanciatori con il pitching-coach Giacomo Bertoni
- Ore 12.30 pranzo presso il Centro Sportivo e relax
- Ore 15.00 attività tecnico-atletica in campo

Ore 18.30 rientro all'ostello  
Ore 19.30 dialogo con la psicologa: la concentrazione e l'ansia - cosa ne pensano i grandi del baseball  
Ore 20.00 cena in ostello  
Ore 21.00 attività di gruppo e relax  
Ore 23.00 ritiro nelle stanze

#### **Giovedì 17 luglio 2008**

Ore 08.00 colazione  
Ore 09.00 trasferimento in pullman riservato a Pratospilla  
Ore 09.30 passeggiata al Lago Ballano e salita al Lago Verde  
Ore 14.00 grigliata nella foresta al Lago Ballano e relax nei boschi  
Ore 20.00 partenza in pullman riservato per Monchio delle Corti  
Ore 20.30 cena in ostello  
Ore 21.30 attività di gruppo  
Ore 23.00 ritiro nelle stanze

#### **Venerdì 18 luglio 2008**

Ore 08.00 colazione  
Ore 09.00 trasferimento in bus al centro sportivo di Pianadetto e attività tecnico-atletica in campo  
Ore 12.30 pranzo in ostello  
Ore 14.15 trasferimento con pullman riservato alla piscina di Palanzano  
Ore 19.00 rientro in bus e cena in ostello  
Ore 21.00 attività di gruppo  
Ore 22.00 rilassamento muscolare e dialogo collettivo con la psicologa dello sport  
Ore 23.00 ritiro nelle stanze

#### **Sabato 19 luglio 2008**

Ore 08.00 colazione  
Ore 09.00 trasferimento in bus al centro sportivo di Pianadetto e attività tecnico-atletica in campo  
Ore 12.30 pranzo presso il Centro Sportivo e relax  
Ore 15.00 attività tecnico-atletica in campo  
Ore 18.30 rientro e cena in ostello  
Ore 21.00 attività di gruppo e relax  
Ore 23.00 ritiro nelle stanze

#### **Domenica 20 luglio 2008**

Ore 08.30 colazione  
Ore 09.30 manifestazione conclusiva in campo a Monchio delle Corti  
Ore 12.30 pranzo e arrivederci all'anno prossimo  
Al termine, rientro alle proprie sedi con mezzi propri o con modalità da concordare.

In caso di maltempo, le attività sportive si svolgeranno presso la Palestra annessa all'ostello.

---

## **STAFF TECNICO**

Residente:

- Andrea Guidozzi (coordinatore tecnico del camp)
- Dado Gastaldo
- Ricardo Arrieta
- Patrizia Rolando
- Gino Dall'Argine
- Rosangela Soncini (psicologa dello sport)

Hanno assicurato il loro contributo tecnico:

- Giulio Montanini
- Giacomo Bertoni
- Atleti del Cariparma Baseball

#### **ACCOMPAGNATORI**

- Angela Cavalli
- Paolo Zbogar

Le sedute in campo verranno organizzate in più stazioni per tener conto del grado di preparazione e dell'età degli atleti partecipanti.

---