



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.
