

MENÙ

COLAZIONE: the o latte con fette di pane di Monchio, burro, miele e marmellate.

Lunedì 15 luglio 2013

PRANZO IN OSTELLO

- Pasta al pomodoro
- Carne ai ferri
- Contorno di verdure cotte e crude
- Crostata

CENA IN OSTELLO

- Pasta al forno
- Arrosto e patate al forno
- Frutta di stagione

Martedì 16 luglio 2013

PRANZO AL CAMPO

- Lasagne alla bolognese
- Roast-beef
- Contorno di verdure cotte e crude
- Frutta di stagione

CENA IN OSTELLO

- Minestrone di verdure o minestrina in brodo
- Involtini ripieni
- Contorno di verdure cotte e crude
- Frutta di stagione

Mercoledì 17 luglio 2013

PRANZO IN OSTELLO

- Risotto ai Funghi
- Fesa di tacchino al forno con spinaci al burro
- Pomodori
- Frutta di stagione

CENA IN OSTELLO

- Spaghetti all' amatriciana
- Pollo arrosto con patatine fritte
- Frutta di stagione

Giovedì 18 luglio 2013

MERENDA PER L'ESCURSIONE

- Crostatine
- Bottiglietta d'acqua naturale

GRIGLIATA AGLI ESSICCATOI DELLE CASTAGNE

- Carne alla griglia

- Verdure miste
- Frutta di stagione

CENA IN OSTELLO

- Gnocchi al pomodoro
- Cotoletta alla milanese con patate fritte
- Insalata mista
- Frutta di stagione

Venerdì 19 luglio 2013

PRANZO AL CAMPO

- Pasta al pomodoro
- Salumi e formaggi
- Patate lesse
- Frutta di stagione

CENA IN OSTELLO

- Spaghettoni
- Frittata
- Frutta di stagione

Sabato 20 luglio 2013

PRANZO IN OSTELLO

- Pasta al ragù
- Spiedino
- Verdure cotte e crude
- Frutta di stagione

CENA IN OSTELLO

- Farfalle prosciutto e piselli
- Scaloppine con purè di patate
- Frutta di stagione

Domenica 21 luglio 2013

PRANZO SPECIALE

- Antipasto di salumi misti
- Lasagne casalinghe
- Prosciutto nostrano arrosto con patate
- Verdure cotte e crude
- Dolce e frutta di stagione
- Lambrusco della casa e acqua minerale

[per i genitori € 19.00 a persona con prenotazione obbligatoria]

Si prega di segnalare in anticipo eventuali allergie o esigenze alimentari.



Il programma potrà subire variazioni NON sostanziali in rapporto al numero dei partecipanti ed alla disponibilità di servizi in loco

Per informazioni e prenotazioni: info@parmabaseballtigers.it - fax 0521-272768 - Angela 338 5975222



con il coordinamento
dell'Amministrazione
Comunale di
Monchio delle Corti



sponsor tecnici:



sponsor ufficiale:

RICOH

**MONCHIO
DELLE CORTI (Parma)**



15-21 LUGLIO 2013

PROGRAMMA 2013

Lunedì 15 luglio 2013

- Ore 07.00 partenza del pullman G.T. riservato da BRESCIA, VERONA e CARPI
Ore 09.15 arrivo al Centro Sportivo "Aldo Notari" (Quadrifoglio) - PARMA e carico degli altri atleti
Ore 09.30 partenza in direzione di Monchio delle Corti, località montana dell'Appennino parmense
Ore 11.30 arrivo in loco e sistemazione in ostello all'interno della scuola di Monchio delle Corti
Ore 12.00 presentazione dello staff e del piano di lavoro
Ore 12.30 pranzo in ostello
Ore 14.00 trasferimento in pullman al centro sportivo di Pianadetto e attività tecnico-atletica in campo
Ore 19.00 passeggiata per il rientro all'ostello e doccia
Ore 20.00 cena in ostello
Ore 21.00 proiezione film e giochi di gruppo - relax

Martedì 16 luglio 2013

- Ore 08.00 colazione
Ore 09.00 trasferimento in pullman al centro sportivo di Pianadetto e attività tecnico-atletica in campo con gli atleti del PARMA BASEBALL.
Ore 12.30 pranzo presso il Centro Sportivo e relax
Ore 15.00 attività tecnico-atletica in campo a Pianadetto
Ore 19.00 passeggiata per il rientro all'ostello e doccia
Ore 20.00 cena in ostello
Ore 21.00 giochi di gruppo e proiezione film - relax

Mercoledì 17 luglio 2013

- Ore 08.00 colazione
Ore 09.00 trasferimento in pullman al centro sportivo di Pianadetto e attività tecnico-atletica in campo.
Ore 12.00 passeggiata per il rientro all'ostello
Ore 12.30 pranzo in ostello
Ore 14.15 trasferimento in pullman alla **piscina** di Palanzano
Ore 19.15 rientro in pullman e cena in ostello
Ore 20.30 giochi di gruppo e proiezione film - relax

Giovedì 18 luglio 2013

- Ore 08.00 colazione
Ore 09.15 trasferimento in pullman a Casarola.

UNA GIORNATA ALL'INSEGNA DELLA MAGIA!

Al mattino, racconti della tradizione e superstizioni della cultura contadina mentre si percorrono i sentieri attorno a Casarola sperando d'incontrare folletti, fantasmi dell'Appennino, il Baffardello, le Strie o qualche animale magico. Sosta per il pranzo agli essiccatoi delle castagne con abbondante grigliata agreste. Pomeriggio, al Bugh ed Liger per cercare oggetti magici ed erbe per incantesimi. L'esplorazione sarà curata della Guida escursionistica Giovanni Bosi.

- Ore 16.00 rientro in pullman a Monchio delle Corti - relax e doccia
Ore 20.00 cena in ostello
Ore 21.00 giochi di gruppo e proiezione film - relax

Venerdì 19 luglio 2013

- Ore 08.00 colazione
Ore 09.00 trasferimento in pullman 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 19.00 passeggiata per il rientro all'ostello e doccia
Ore 20.00 cena in ostello
Ore 21.00 giochi di gruppo e proiezione film - relax

Sabato 20 luglio 2013

- Ore 08.00 colazione
Ore 09.15 attività tecnico-atletica sul campo di Monchio delle Corti
Ore 13.30 pranzo in ostello
Ore 15.00 **CONOSCIAMO UN AMICO SELVATICO...**

Laboratorio di educazione ambientale per promuovere una cultura di rispetto della natura e degli animali, riconoscendone la diversità e il valore di contributo alla relazione con l'uomo. Tematiche affrontate: breve storia della relazione uomo-cane; le modalità comunicative del cane, con particolare attenzione al linguaggio corporeo: muso, tronco e coda; i bisogni del cane: quali sono e perché; diverse razze canine e diversi impieghi: il cane da caccia, da assistenza, da ricerca, da guardia, da compagnia. Parte pratica: suddivisione dei ragazzi in due/tre gruppi, con esercitazioni di gruppo e individuali basate su approccio al cane, educazione di base e tecniche di preparazione (rinforzo positivo), condotta al guinzaglio, comandi di base: seduto, terra, in piedi, resta, esercitazioni di ricerca, sotto forma ludica, giochi di attivazione mentale, giochi di riporto, esercitazioni dinamiche di mobility dog, ostacoli, tunnel, slalom, lavori a terra. Il laboratorio sarà condotto da **Cristina Pederzani**, Medico Veterinario e Istruttore cinofilo; **Alex Bonazzi** Istruttore Cinofilo e da un operatore formato in pet therapy.

- Ore 18.00 rientro in ostello e doccia
Ore 19.00 **DIALOGO CON L'ARBITRO:** non è baseball se non c'è l'arbitro
Ore 20.00 cena in ostello
Ore 21.00 proiezione film e giochi di gruppo

Domenica 21 luglio 2013

- Ore 08.30 colazione
Ore 09.30 manifestazione conclusiva in campo a Monchio delle Corti
Ore 13.00 pranzo e arrivederci all'anno prossimo

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

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

Il camp è rivolto a **MASSIMO 40 ATLETI di età compresa fra i 9 e 14 anni** con priorità riservata ai tesserati F.I.B.S. delle Società aderenti e affiliate alla FRANCHIGIA PARMA. Le domande di adesione dovranno essere presentate entro il **15 maggio 2013** e verranno accettate secondo l'ordine di arrivo fino ad esaurimento posti.

STAFF

DIRETTORE TECNICO RESPONSABILE: **Dado Gastaldo**

COORDINAMENTO TECNICO: **Gianguido Poma**

ISTRUTTORI RESIDENTI: **Ricardo Arrieta, Andrea Bettati, Paolo Bordonaro, Roberto Culicchi**

PSICOLOGA DELLO SPORT: **Rosangela Soncini**

ISTRUTTORI DELLE **SOCIETÀ IN FRANCHIGIA**

ASSISTENTI: **Angela Cavalli e Paolo Zbogar**



La QUOTA è stabilita in **€ 290,00** e comprende:

- soggiorno in ostello
- pensione completa dal pranzo del primo giorno alla colazione dell'ultimo
- pranzo speciale di arrivederci
- istruttori, allenatori e utilizzo degli impianti sportivi (campo e palestra)
- viaggio di andata in pullman riservato da Brescia - Verona - Carpi - Parma a Monchio delle Corti
- trasferimento in pullman A/R e ingresso alla piscina di Palanzano
- trasferimento A/R in pullman riservato a Casarola
- escursione con guida a Casarola
- partecipazione a incontro educazione ambientale
- trasferimenti pullman in loco
- T-shirt del Baseball Summer Camp

Al termine, rientro alle proprie sedi con mezzi propri o con modalità da concordare.



Al momento di conferma dell'iscrizione dovrà essere versato un anticipo a titolo di cauzione di € 100,00. Il saldo della quota sarà pagata all'accompagnatore contestualmente all'inizio del soggiorno.