

CAMPAMENTO JUDO

Verano



Masculino y femenino • Del 26 de junio al 7 de julio de 2013 • En la Vía Láctea -CASAVIEJA (Ávila)-

- ❑ LUGAR: Instalaciones de "La Vía Láctea", en Casavieja.
- ❑ FECHAS: Del 26 de junio al 7 de julio de 2013.
- ❑ EDAD: A partir de 1º de Ed. Primaria.
- ❑ PLAZAS: Limitadas
- ❑ CUOTA: 430 €
- ❑ En la inscripción se debe abonar 100€ en metálico.



PROGRAMA:

- 08:00 - 08:30 h. Entrenamiento físico
- 09:00 - 09:30 h. Desayuno
- 09:30 - 11:00 h. Técnica y entrenamiento de judo
- 11:00 - 14:00 h. Actividades deportivas - Piscina
- 14:00 - 15:00 h. Comida
- 15:00 - 16:00 h. Descanso y tiempo libre
- 16:00 - 19:00 h. Actividades deportivas - Piscina
- 19:00 - 20:30 h. Técnica y entrenamiento de judo
- 20:45 - 21:30 h. Cena
- 21:15 h Descanso y veladas



INCLUYE:

- ❑ Pensión completa.
- ❑ Alojamiento en las instalaciones de la Vía Láctea.
- ❑ Transporte en autobús.
- ❑ Actividades.
- ❑ Seguro responsabilidad civil.



柔道

ACTIVIDADES:

- ▣ Preparación para cinturón negro hasta 6° DAN.
- ▣ Iniciación de pretemporada.
- ▣ Judo competición.
- ▣ Judo iniciación.
- ▣ Defensa personal.
- ▣ Senderismo.
- ▣ Fútbol.
- ▣ Orientación.
- ▣ Baloncesto.
- ▣ Preparación física.
- ▣ Atletismo.
- ▣ Béisbol.
- ▣ Tenis de mesa.
- ▣ Actividades deportivas al aire libre.



INFORMACIÓN y RESERVAS:

- ▣ Centros GSD.
- ▣ La Vía Láctea:
 - ☎ 91 857 92 26
 - ☎ 629 30 27 19
 - ☎ 629 30 27 30

PROFESORADO

José M° Díaz Rodríguez

Maestro Entrenador Nacional cinturón negro.
6° DAN de judo y 3° DAN en defensa personal.

Alejandro Díaz Menchero

Cinturón negro 3° DAN y 1° DAN en defensa personal.
Campeón de Madrid y Subcampeón de España.

Ana Isabel Menchero Alonso

Cinturón negro 2° DAN de judo y 1° DAN en defensa personal.

Miguel Ángel Menchero Alonso

Cinturón negro 2° DAN de judo y 1° DAN en defensa personal.



CENTROS GSD

Gredos San Diego Alcalá

C/ Octavio Paz, 29 -28806- Alcalá de Henares (MADRID)

S 91 830 38 64

Gredos San Diego El Escorial

C/ Principal, 1 Urb."C. B. Los Arroyos" -28280- El Escorial (MADRID)

S 91 853 35 21

Gredos San Diego Guadarrama

Vereda de Colmenar, 4 -28440- Guadarrama (MADRID)

S 91 854 70 59

Gredos San Diego Las Rozas

C/ Clara Campoamor, 1 -28230- Las Rozas (MADRID)

S 91 640 89 23

Gredos San Diego Las Suertes

C/ Rafael de León, 10 -28051- (MADRID)

S 91 385 35 05

Gredos San Diego Moratalaz

C/Luis de Hoyos Sainz, 170 -28030- (MADRID)

S 91 772 38 11

Gredos San Diego Vallecas

Avda. del Parque de Palomeras Bajas, 14 -28018- (MADRID)

S 91 785 34 12