

**ARTI MARZIALI / FUNCTIONAL TRAINING
BODY & MIND GROWTH / RITUALE DEL FUOCO
TREKKING / MEDITAZIONE / YOGA**



**EVOLUTION CAMP
CORPO MENTE SPIRITO
ROVERETO (TN) 8-10 DICEMBRE 2023**



RITIRO DI CONSAPEVOLEZZA

ARTI MARZIALI, FUNCTIONAL TRAINING,
YOGA, MEDITAZIONE AL DOJO E NEL BOSCO,
RITUALE DEL FUOCO IN GROTTA E PERNOTTAMENTO

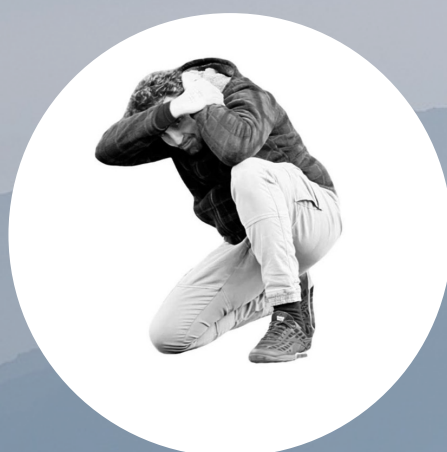


GLI ISTRUTTORI :



**DAVIDE
MORINI**

Fondatore Metodo Kratos, Campione del Mondo, MMA pro fighter, Sussuratore di Rune, Meditazione



**CRISTIANO
GRECO**

Elite Instructor KFM Keysi Fighting Method, Esperto Lotta da Strada e Protezione Personale, GypsyFighting



**EMANUELE
BOZZOLANI**

3 volte Campione del Mondo di Kick Boxing, Istruttore Sport da Combattimento, esperto in Apnea, forgiatore di lame, Meditazione



**ANTONIO
SACCINTO**

Coach Strength & Conditioning, Powerlifting, Weightlifting, atleta Ironman full distance





MODALITA' DI ISCRIZIONE

COSTI E MODALITA' DI ISCRIZIONE

- vai sul Sito www.dharmaevolution.it
➡ AREA RISERVATA ➡ REGISTRATI
 - UNA VOLTA REGISTRATO SCARICA L'APP **LOGFIT** ED ENTRA CON LE CREDENZIALI. VERSA LA QUOTA ASSOCIATIVA DI 10 €
 - RISERVA IL TUO POSTO VERSANDO DIRETTAMENTE DALL'APP.
" CAPARRA EVOLUTION CAMP "di €100,00.
 - oppure tramite Bonifico Bancario alle seguenti Coordinate Bancarie :
IBAN IT20S0538720800000002630449 / INTESTATO A " LA VIA DEL DHARMA "
con causale nome + cognome **CAPARRA EVOLUTION CAMP**
 - **NB** : LA CAPARRA NON E' RIMBORSABILE
 - COSTO EVOLUTION CAMP COMPLETO € **290,00** + € **10,00** QUOTA ASSICURATIVA
 - IL SALDO SARA' EFFETTUATO AL MOMENTO DELL'ACCETTAZIONE VENERDI' 8/12
 - E' POSSIBILE PARTECIPARE AD UNA SOLA GIORNATA
AL COSTO DI € **150.00** + € **10,00** QUOTA ASSICURATIVA
- *SARA' COMUNQUE DATA PRIORITA' A CHI PRENOTA IL CAMP COMPLETO

NB : NUMERO CHIUSO - MAX 16 PERSONE



COSA PORTARE

ATTREZZATURA

- ZAINO
- SACCO A PELO
- MATERASSINA e/o STUOIA IMPERMEABILE PER IL SUOLO
- ABBIGLIAMENTO TECNICO/TERMICO PER LA NOTTE IN GROTTA
- SCARPONCINI
- BORRACCIA e/o BORRACCIA TERMICA
- ASCIUGAMANO
- FRONTALINO e/o PICCOLA TORCIA
- PIATTO e/o GAVETTA, POSATE
- IN CASO DI PIOGGIA : MATERIALE ANTI PIOGGIA

PER L'ALLENAMENTO TECNICO

- PROTEZIONI COMPLETE
- BASTONE E CUSCINO PER LA MEDITAZIONE (non indispensabili, ma se preferite il vostro personale portateli.)



PROGRAMMA CAMP

VENERDI' 8 DICEMBRE

- 09:00 - 10:00 ACCETTAZIONE
- 10:00 - 10:30 YOGA
- 10:30 - 11:30 LEZIONE TECNICA
- 11:45 - 13:00 LEZIONE TECNICA
- 13:30 - 15:00 PRANZO - TRATTORIA "AL PERBACCO" (su prenotazione)
- 15:30 - 16:45 LEZIONE TECNICA
- 17:00 - 18:15 LEZIONE TECNICA
- 18:30 SPARRING LIBERO
- 20:00 CENA - PUB "AL DRUIDO " (su prenotazione)
- PERNOTTAMENTO (AL CENTRO O IN B&B)

SABATO 9 DICEMBRE

- 07:30 - 08:00 MEDITAZIONE
- 08:00 - 09:00 COLAZIONE (BAR)
- 09:30 - 10:30 LEZIONE TECNICA
- 10:30 - 11:30 LEZIONE TECNICA
- 12:00 PRANZO - TRATTORIA "AL PERBACCO" (su prenotazione)
- 14:00 TRASFERIMENTO AL BOSCO (IN AUTO)
- 15:00 - 17:00 TREKKING
- 17:00 IN POI GROTTA



RECUPERO LEGNA
PREPARAZIONE NOTTE
RITUALE DEL FUOCO

DOMENICA 10 DICEMBRE

- 07:00 MEDITAZIONE
- 08:00 COLAZIONE FRUGALE
- 09:00 TREKKING DI RITORNO
E LEZIONE TECNICA NEL BOSCO

 **CONTATTI** 

- LA VIA DEL DHARMA A.S.D. +39. 3341919783
- DAVIDE MORINI +39.333.4417095
- CRISTIANO GRECO +39. 320.9515337
- EMANUELE BOZZOLANI +39. 338.6737662
- ANTONIO SACCINTO +39. 334.5804651

