

# Bosco Gurin

CH, Tessin, 1500 m s/m



## AIKIDO et MISOGI

stage estival pour instructeurs e dan  
18 - 25 août 2018

avec

Yoshigasaki Sensei

Le stage est recommandé pour ceux qui  
aiment la montagne, le silence, la  
méditation et la culture japonaise

Associazione Ticinese Ki Aikido Balerna

### accueil des participants

c/o Scuola Montana (Casa Pometta)  
samedi, 18 août 2018, des 16:00

### début du séminaire

dimanche, 19 août 2017, à 08:30

### fin du séminaire

samedi, 25 août 2017, à 12:00

### temps de pratique

#### Misogi

06:15 – 07:15

#### Aikido

08:30 – 09:45 pause 10:15 – 12:00

### repas

07:30 petit déjeuner

13:00 déjeuner

18:30 apéritif

19:00 dîner

menu végétarien sur demande

### dojo

c/o Residenza Ostello Giovanibosco



### sport et détente

randonnée à la cabane Grossalp,  
1900 m s/m, parcours facile, durée env. 1 h



randonnées et baignades auprès des rivières  
Rovana et Maggia, détente, visites de lieux et  
d'édifices remarquables de la Vallemaggia



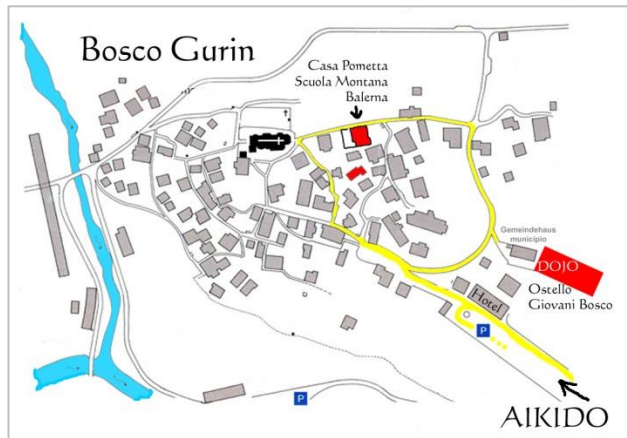
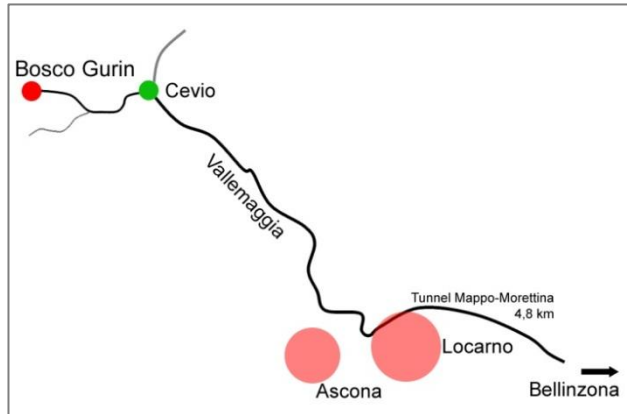
### autres excursions

Val Bavona, Valle Lavizzara, Valle Onsernone  
et/ou Robiei-Basodino par téléphérique

équipement recommandé :  
chaussures solides, anorak, pullover

## itinéraire d'accès

de Bellinzona à Locarno, ensuite toujours en direction Vallemaggia jusqu' à Cevio (25 km), à Cevio tourner à gauche et suivre les panneaux pour Bosco Gurin (16 km)



[www.aikido-balerna.ch](http://www.aikido-balerna.ch)  
[www.kiaikido.ch](http://www.kiaikido.ch)

[www.bosco-gurin.ch](http://www.bosco-gurin.ch)  
[www.walserhaus.ch](http://www.walserhaus.ch)

## logement

Casa Pometta et Casa Don Bosco



chambres de 4 à 8 lits,  
sac de couchage requis, douches et WC à l'étage

à Bosco Gurin le camping libre est interdit

pour tous les repas, nous vous prions d'aider à  
mettre et à débarrasser les tables, merci !



## inscriptions

auprès des organisateurs

Yvette (it, fr) 0041 79 5615937  
yvettevoumard@bluewin.ch  
Govert (en, nl) 0041 79 7443208  
erkelens@bluewin.ch  
Bernhard (de, en) 0049 1725 909079  
bb@toitsu.de

## frais

### Aikido et Misogi

la semaine	130 CHF
un jour	25 CHF

### pension complète

la semaine	420 CHF
un jour	60 CHF

*Euro: taux de change du jour*

Prière de verser un acompte de CHF 400  
jusqu' au 30 juin 2018

### Associazione Ticinese Ki Aikido Balerna

PostFinance 3030 Berna  
IBAN CH40 0900 0000 6521 4517 0  
BIC POFICHBE

Le reste du montant devra être payé lors de votre  
arrivée à Bosco Gurin.

Des chèques ne seront pas acceptés.

Tous les participants doivent avoir une assurance  
accidents qui couvre aussi d'éventuels frais  
médicaux et d'hospitalisation en Suisse.