

AIKIDO & MARE



13° Edizione



Lauria 07 / 10 Agosto 2025

(Via Parco Carroso,56)

Fiordineve Cozzi 7° Dan Shihan

PROGRAMMA

Giovedì 07

- Ore 18:00 - 20:00 - Lezione Aikido – Jo / Bokken
- ore 21.30 - Cena al dojo con specialità tipiche della propria regione che ognuno offrirà al gruppo nella serata di benvenuto

Venerdì 08

- Ore 10:00 -12:30 - Lezione Aikido – Jo / Bokken
- Ore 16.00 Mare - Maratea in Snorkeling e/o canoa – Serata al lido Susy
Pizza - Musica balli e Bagno di Notte

Sabato 09

- Ore 10:00 - 12:30 - Lezione Aikido – Jo / Bokken
- Ore 15.30 Mare – Gita in Catamarano (40 mt) Isola Dino e costa

dell'Arco Magno, con pasto a bordo e/o libero snorkeling Isola e Grotta (Serata sociale Cena al dojo)

Domenica 10

- Ore 10.30 **MISOGI** Cascate di Latronico Pranzo al Sacco
 - Ore 17.00 - 18.30 **Armi nel Bosco** (Canicella di Lauria)
- Relax in riva al fiume o Passeggiata nel bosco e/o visita a Laino Castello
Ore 20.30 Cena tipica all'Agriturismo La Quietè del vecchio pino

Lunedì 11 - GIORNATA LIBERA di Arrivederci

Organizzata River Walking cascata Iannello - Parco Nazionale del Pollino passeggiata al Belvedere tra Cavalli e Pini loricati

- Ore 20.30 Cena tipica - Agriturismo campo le rose di Viggianello

Attività Libere - Mare con spiaggia a scelta

- Camping River Tribe di Laino - River Walking o Rafting (vari percorsi) tel 3319210618

Aikido e Mare



**- Compilare la domanda di
preiscrizione per prenotare le attività
entro il 10 luglio**

- E' possibile pernottare nel dojo
- Portare Jo, Bokken e Tanto
- Per il MISOGI: Maglietta bianca, scarpette scoglio
- Per lo SNORKELING Maschera Pinne e/o muta corta
- Contributo stage € 80.00 - Singolo € 30.00
- Il programma potrebbe subire variazioni in relazione alle condizioni climatiche

Info.331.8238849
fiordineve@alice.it
www.aikidoweb.it

PERNOTTAMENTI

Hotel Isola di Lauria (50mt dal Dojo)

Tel. 0973/823905/6/7

B&B Rio Carroso, 21 (100 mt dal dojo)

Tel. 338 863089

B&B Alle Scalette (1 km dal dojo) Via Teatro,

tel. 340 634 0553

B&B La Fontana Borbone(5km) Via Nazionale

tel. 389 8330646

&B La Quercia di Massena Tel. 340 3037507

B&B Masseria Cozzi - Tel. 3290043164

Hotel Villa Terry (1 km dal dojo) Tel. 328 1513314

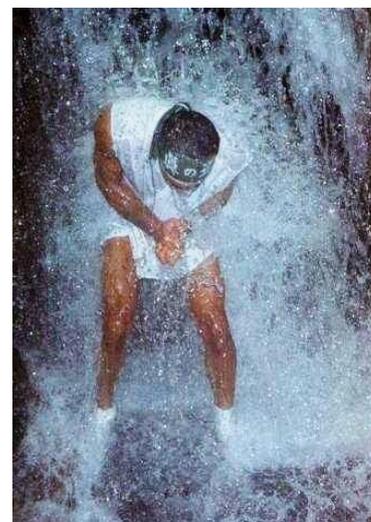
Hotel Happy Moment (10 km dal dojo)

Tel. 0973 624198

Hotel La Quiete (10 km dal dojo) Tel. 0973 826677



Aikido Mare e Montagna Lauria



Preiscrizione stage AIKIDO & MARE - Lauria 2025

da inviare entro il 10 luglio 2025 a - fiordineve@alice.it whatsapp 3318238849

La preiscrizione serve esclusivamente per poter organizzare le attività del Tempo libero e i pasti

Nome _____ Cognome _____

Grado _____ Dojo _____ Città _____

Tel. _____

Indicare la partecipazione alle Lezioni ed alle attività extra per poter prenotare

Pernottamento al dojo si no Giorni _____ Persone _____

Indicare se vegetariano, vegano o intollerante _____

(Si potrà scegliere alla carta la cena desiderata)

Giovedì 7 Lezione si no Offerta specialità tipiche della propria regione si no N° _____

Venerdì 8 Lezione si no Giro in Canoa si no N° _____ Pizza al lido si no N° _____

Sabato 9 Lezione si no Gita in Catamarano + pasto a bordo si no N° _____

Domenica 10 Misogi si no Cena Agriturismo (vecchio Pino) si no N° _____

Lunedì 11 Escursione si no Cena Agriturismo Campo le Rose si no N° _____

Gita in Canoa, gita in Catamarano, hanno un costo anche se minimo. Snorkeling, Escursioni, etc. non hanno nessun costo.

Vi è la possibilità di fare attività quali Rafting, Arrampicate, Ponti tibetani, escursioni in montagna Presso centri specializzati a pochi km dal dojo.