

ABETONE GRAVITY TEAM



2024

ABETONE
GRAVITY TEAM

SUMMER CAMP

ABETONE GRAVITY TEAM SUMMER CAMP

**UN GRANDE GRUPPO PER UN GRANDE
DIVERTIMENTO NEL CUORE VERDE DELL'APPENNINO.**

**L'Abetone Gravity Team Summer Camp è il primo camp
organizzato dalla più forte squadra gravity in Italia.**

La base del camp è all'Abetone alla partenza della cabinovia del Monte Gomito
da dove partono tutte le piste di Mountain Bike dell'Abetone Gravity Park.

Tutti i bambini ed i ragazzi dai 10 ai 16 anni, che hanno voglia di imparare
ad andare in bici o di migliorare la loro tecnica, hanno finalmente un
gruppo di istruttori pronti a farli divertire con una vacanza pensata
apposta per le 2 ruote a pedali. Ma non solo questo, anche vivere la
montagna tra giochi e tante altre attività nella natura, sotto la bandiera
dello sport con i suoi temi ed i suoi valori.

Gruppi e lezioni specifiche per ogni livello tecnico, dal principiante
all'aspirante campione con oltre 20 ore di bici ed altrettante di attività
sportive alternative per ogni settimana.

LA GIORNATA

7:30 / Sveglia

8:00 / Colazione

9:00 - 12:30 / Attività in mountain bike pedalato / Impianto

12:30 / Pranzo Rifugio Ovovia

13:30 / Pisolino

15:00 - 18:30 / Attività in mountain bike con impianto

19:30 / Cena Albergo Sport / Pizzeria Garage

21:00 - 22:15 / Video tutorial e sport movies

22:30 / Buonanotte



Istruttori qualificati che lavorano sotto la direzione di Enrico Durval
(Tecnico Istruttore e Allenatore Federale 3 livello FCD) e specializzati
nella formazione, con un focus particolare sull'insegnamento
attraverso il divertimento e lo sviluppo della capacità di stare in
gruppo migliorando così la tecnica, la coordinazione, la capacità
di controllo del mezzo ed i tempi di reazione di fronte a situazioni
impreviste, oltre alla condizione fisica generale.
I ragazzi sono suddivisi in piccoli gruppi di livello tecnico
omogeneo in modo da poter massimizzare l'apprendimento anche
attraverso l'emulazione reciproca.

DAILY CAMP 360 EURO SENZA PERNOTTO

Settimane:
7 / 13 luglio
14 / 20 luglio
21 / 27 luglio
31 agosto / 7 settembre

La formula Day Camp non prevede l'alloggio in pensione completa. Consente invece di pranzare dal lunedì al venerdì con gli altri partecipanti al Camp oltre all'accompagnamento, la supervisione ed i corsi di mountain bike, il bike pass settimanale per la cabinovia, tutte le gite in Mountain Bike, l'assicurazione e la maglietta del camp.

WEEKLY CAMP 660 EURO PENSIONE COMPLETA

Settimane:
7 / 13 luglio
14 / 20 luglio
21 / 27 luglio
31 agosto / 7 settembre

La quota Holiday Camp comprende: l'alloggio presso l'Albergo Sport a pochi passi dal centro dell'Abetone e dagli impianti di risalita, i pasti in pensione completa dalle cena della domenica alla colazione del sabato di cui una cena in pizzeria, l'accompagnamento, la supervisione ed i corsi di mountain bike, la serata in tenda, il bike pass settimanale per la cabinovia, tutte le gite in Mountain Bike, l'assicurazione e la maglietta del camp.

RACING CAMP 700 EURO PENSIONE COMPLETA

Per tutti gli aspiranti campioni l'Abetone Gravity Team organizza anche 2 settimane di full immersion sotto la guida dei suoi migliori campioni, Tommaso Francardo, Nadine Ellecosta, Nicola Grotti e Vittorio Palmieri, tutti già campioni italiani, che si alterneranno per fornire ai ragazzi desiderosi di diventare dei veri atleti tutti i consigli e l'istruzione necessaria. **Le settimane saranno dal 14 al 20 e dal 21 al 27 luglio** con la possibilità (su richiesta) di partecipare al round 5 del Toscano Enduro Series, che si svolgerà proprio all'Abetone il 23 luglio. La quota del Racing Camp comprende: l'alloggio presso l'Albergo Sport a pochi passi dal centro dell'Abetone e dagli impianti di risalita, i pasti in pensione completa dalla cena della domenica alla colazione del sabato, di cui una cena in pizzeria, l'accompagnamento, la supervisione ed i corsi di mountain bike, trail building, la serata in tenda, il bike pass settimanale per la cabinovia, tutte le gite in Mountain Bike, l'assicurazione, la maglietta del camp e la speciale maglia tecnica da endura.

MATERIALE NECESSARIO PER OGNI BAMBINO



IN BASE ALLE ATTIVITÀ ORGANIZZATE SARÀ NECESSARIO PORTARE:

- bicicletta personale Mtb, con pedali normali o agganci. Chi non avesse una Mtb personale può prendere contatti con l'organizzazione verificando la disponibilità per averne una a noleggio dal Bike Summer Camp stesso.
- due camere d'aria di scorta della giusta misura per la propria bicicletta.
- abbigliamento per allenamenti in bici: 2 maglie e 2 pantaloncini, casco, gomitiere, ginocchiere, scarpette (chi le utilizza su Mtb) e guantini.
- kit per gita in montagna: zaino, kway, cappellino, felpa, borraccia ed eventuale altro materiale a vostra scelta.
- abbigliamento sportivo in genere, sia estivo che invernale: un paio di scarpe da ginnastica, un paio di scarpe da trekking (in alternativa un secondo paio di scarpe da ginnastica), magliette e pantaloncini, tuta, felpa o maglioni.
- abbigliamento intimo: mutande, canottiere, calze sportive.
- pigiama.
- sapone, shampoo e tutto il necessario per l'igiene personale.
- torcia per giochi notturni.

info: Enrico Durval 335 6471723 - enricodurval@libero.it



cannondale



vittoria

