



• **ABBIGLIAMENTO**

- Abbigliamento Kokoro (per chi lo possiede):
Giubbino, Smanicato, Magliette, Cappellino
- Karategi (almeno 2 se possibile), cintura
- Pantaloni corti e lunghi
- Cappellino
- Magliette (almeno 2 al giorno)
- Calzini cotone/spugna
- Intimo / pigiama
- K-Way
- Pile/Felpa
- Giacca a vento
- Tuta da ginnastica comoda/larga per balli Hip-Hop
- Ginocchiere (se possibile)
- Scarpe da ginnastica
- Scarponcini da Trekking
- Ciabatte
- Zaino
- Telo/salvietta grande per esercizi a terra

• **IGIENE QUOTIDIANA**

- Dentifricio e spazzolino da denti
- Shampoo
- Docciaschiuma
- Asciugacapelli

E' consentito l'uso del cellulare solo in orari fissati dall'organizzazione ed esclusivamente per comunicare con la famiglia.

Per eventuali comunicazioni nel periodo estivo dopo la chiusura del vostro Dojo, siete pregati di rivolgervi a: kokoro@kokorointernational.org

Vi consigliamo vivamente di visitare periodicamente il sito dedicato al Campus (www.kokorointernational.org/campus) che sarà sempre aggiornato con le ultime notizie.

Oss!