



ORARIO ALLENAMENTI 2018 - 2019

Judo Budo Club Lugano, Via al Chioso 7, 6900 Lugano

MATERASSINA 1

MATERASSINA 2

Giorno	Orario		Corso					Orario		Corso				
	dalle	alle	Arte	Categoria	Cintura	Responsabile	Grado	dalle	alle	Arte	Categoria	Cintura	Responsabile	Grado
LUNEDÌ	17.30	19.00	JUDO	<i>bambini</i>	<i>colorate</i>	N. Ceruso B. Umarov R. Mancinelli	5° Dan 1° Dan 1° Kiù	17.30	19.00	JUDO	<i>bambini</i>	<i>bianche</i>	M. Balmelli L. Zeindler A. Mazzoni	1° Dan 1° Dan 1° Kiù
	19.15	20.15	JUDO	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	M. Rossi	4° Dan	19.00	20.00	KARATÈ	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	R. D'Andolfi	2° Dan
MARTEDÌ	18.30	19.30	AIKI-JITSU	<i>bambini</i>	<i>colorate</i>	S. Calvi A. Longo	4° Dan 1° Dan	19.00	20.30	AIKIDO Tai-jutsu	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	V. Gianascio	5° Dan
	19.30	21.30	AIKI-JITSU	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	S. Calvi	4° Dan	20.30	21.30	AIKIDO Buki-waza	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	V. Gianascio	5° Dan
MERCOLEDÌ	19.15	20.15	JUDO	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	P. Ceruso	3° Dan	19.00	20.00	KARATÈ	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	R. D'Andolfi	2° Dan
GIOVEDÌ	18.15	19.30	KARATÈ	<i>bambini</i>	<i>colorate</i>	C. Rossini M. Sassi	1° Kiù 5° Dan	18.15	19.30	KARATÈ	<i>bambini</i>	<i>colorate</i>	C. Rossini M. Sassi	1° Kiù 5° Dan
	19.30	21.30	AIKI-JITSU	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	S. Calvi	4° Dan	19.30	21.00	AIKIDO Tai-jutsu	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	V. Gianascio	5° Dan
VENERDÌ	19.15	20.15	JUDO	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	P. Ceruso	3° Dan	19.15	20.15	JUDO/DIFESA	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	N. Ceruso	5° Dan
SABATO								10.00	11.30	JUDO/DIFESA	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	N. Ceruso	5° Dan

www.jbc lugano.ch / info@jbc lugano.ch