



ORARIO ALLENAMENTI 2019 - 2020

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

Giorno	MATERASSINA 1							MATERASSINA 2								
	Orario		Corso				Responsabile	Grado	Orario		Corso				Responsabile	Grado
	dalle	alle	Arte	Categoria	Cintura	dalle			alle	Arte	Categoria	Cintura				
LUNEDÌ	17.30	19.00	JUDO	<i>bambini</i>	<i>colorate</i>	M. Balmelli L. Zeindler A. Mazzoni	1° Dan 1° Kiù 1° Kiù	17.30	19.00	JUDO	<i>bambini</i>	<i>bianche</i>	C. Giovinazzo B. Umarov	1° Kiù 1° Dan		
	19.15	20.15	JUDO	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	A. Devincenzi	2° 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 2° Dan	19.00	20.30	AIKIDO <i>Tai-jutsu</i>	<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 <i>Buki-waza</i>	<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 <i>Tai-jutsu</i>	<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.jbclugano.ch / info@jbclugano.ch