



# ORARIO ALLENAMENTI 2020 - 2021

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

Giorno	MATERASSINA 1							MATERASSINA 2						
	Orario		Corso					Orario		Corso				
	dalle	alle	Arte	Categoria	Cintura	Responsabile	Grado	dalle	alle	Arte	Categoria	Cintura	Responsabile	Grado
<b>LUNEDÌ</b>	17.30	18.50	JUDO	<i>bambini</i>	<i>colorate</i>	M. Balmelli	1° Dan	17.30	18.50	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	19.10	20.00	KARATÈ	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	R. D'Andolfi	2° Dan
<b>MARTEDÌ</b>	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 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
<b>MERCOLEDÌ</b>	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
<b>GIOVEDÌ</b>	18.15	19.20	KARATÈ	<i>bambini</i>	<i>colorate</i>	C. Rossini M. Sassi	1° Kiù 5° Dan	18.15	19.20	KARATÈ	<i>bambini</i>	<i>colorate</i>	C. Rossini M. Sassi	1° Kiù 5° Dan
	19.40	21.30	AIKI-JITSU	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	S. Calvi	4° Dan	19.40	21.00	AIKIDO Tai-jutsu	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	V. Gianascio	5° Dan
<b>VENERDÌ</b>	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
<b>SABATO</b>								10.00	11.30	JUDO/DIFESA	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	N. Ceruso	5° Dan

[www.jbclugano.ch](http://www.jbclugano.ch) / [info@jbclugano.ch](mailto:info@jbclugano.ch)