



26.07.2021

ORARIO ALLENAMENTI 2021 - 2022

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

MATERASSINA 1								MATERASSINA 2						
Giorno	Orario		Corso					dalle	alle	Arte	Corso			
	dalle	alle	Arte	Categoria	Cintura	Responsabile	Grado				dalle	alle	Arte	Categoria
LUNEDÌ	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 J.D. Hofer J. Lunghi	2° Dan 2° Dan 1° Dan
MARTEDÌ	18.30	19.30	AIKI-JITSU	<i>bambini</i>	<i>colorate</i>	S. Calvi A. Longo	4° Dan 3° 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 A. Longo M. Bonomi R. Montagna D. Lazzarini	4° Dan 3° Dan 2° Dan 1° Dan 1° 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 J.D. Hofer J. Lunghi	2° Dan 2° Dan 1° Dan
GIOVEDÌ	18.15	19.20	KARATÈ	<i>bambini</i>	<i>colorate</i>	C. Rossini M. Marcozzi	1° Kiù 2° Dan	18.15	19.20	KARATÈ	<i>bambini</i>	<i>colorate</i>	C. Rossini M. Marcozzi	1° Kiù 2° Dan
	19.30	21.30	AIKI-JITSU	<i>adulti</i>	<i>colorate</i>	S. Calvi A. Longo M. Bonomi R. Montagna D. Lazzarini	4° Dan 3° Dan 2° Dan 1° Dan 1° Dan	19.40	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.jbclugano.ch / info@jbclugano.ch