

Al via i Corsi di Judo!

Finalmente ci siamo, a partire da lunedì 13 ricominceranno i corsi di Judo con i seguenti orari:

C1- GIOCO MOTRICITÀ, bambini/e nati/e nel 2017 e 2016, il venerdì dalle ore 16:30-17:30

C2 -GIOCO JUDO, bambini/e nati/e nel 2015 e 2014, il lunedì e il mercoledì dalle ore 16:45-17:45

C3 – JUDO BAMBINI, bambini/e nati/e nel 2013, 2012 e 2011\*, il lunedì e il mercoledì dalle ore 18:15-19:15

C4 -JUDO RAGAZZI, ragazzi/e nati/e nel 2011\*\*, 2010, 2009\*\*\*, 2008\*\*\*, il martedì e il giovedì dalle ore 17:30 alle 18:30

C5 - JUDO AGONISTI, ragazzi/e nati dal 2009/2008\*\*\*\* e più vecchi, il martedì, il giovedì e il venerdì dalle ore 19:00 alle ore 20:30

C6 - JUDO AMATORI e difesa personale MGA, il mercoledì dalle ore 19:30 alle 20:30 e il venerdì (solo Judo) dalle ore 19:00 alle ore 20:30

C7 – PREPARAZIONE ATLETICA, lunedì e mercoledì 19:30 – 20:30 (da ottobre)

## **Corsi di Judo a.s. 2021\_22**

Scritto da Nicola

Mercoledì 01 Settembre 2021 14:54 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 01 Settembre 2021 15:04

---

**C8 - GINNASTICA IN ROSA, martedì e giovedì (da ottobre)**

\* 2011 principianti (cinture bianche e gialle)

\*\* 2011 "esperti, da cintura arancione

\*\*\* 2009 e 2008 principianti (cinture bianche, gialle e arancioni)

\*\*\*\* 2009/2008 esperti (cinture verde)

**Lunedì**

**Martedì**

**Mercoledì**

**Giovedì**

**Venerdì**

Gioco Judo

16:45 – 17:45

LAURA

Judo ragazzi

17:30 – 18:30

NICOLA/DANILO

Gioco Judo

16:45 – 17:45

LAURA

Judo ragazzi

## **Corsi di Judo a.s. 2021\_22**

Scritto da Nicola

Mercoledì 01 Settembre 2021 14:54 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 01 Settembre 2021 15:04

---

17:30 – 18:30

NICOLA/DANILO

Gioco motricità

16:30 – 17:30

SABRINA

Judo bambini

18:15 – 19:15

LAURA/NICOLA

Judo agonisti

19:00 – 20:30

EROS/NICOLA

Judo bambini

## **Corsi di Judo a.s. 2021\_22**

Scritto da Nicola

Mercoledì 01 Settembre 2021 14:54 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 01 Settembre 2021 15:04

---

18:15 – 19:15

LAURA/NICOLA

Judo agonisti

19:00 – 20:30

EROS/NICOLA

Agonisti e amatori

19:00 – 20:30

EROS/NICOLA/IVAN

Amatori e MGA

19:30 – 20:30

## **Corsi di Judo a.s. 2021\_22**

Scritto da Nicola

Mercoledì 01 Settembre 2021 14:54 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 01 Settembre 2021 15:04

---

EROS/IVAN

Per informazioni e iscrizioni, scrivere a [judoshimai@gmail.com](mailto:judoshimai@gmail.com)