



A.S.D. Sen Judo Castronno

Via Monte Grappa 9 - 21040 Castronno (VA)

cell. 333 3529270 - mail. senjudo@libero.it

c.f. 95064780125

LEZIONI DI JUDO

LUNEDI':

- 1° TURNO, BAMBINI (6/8 anni): dalle ore 17 alle 18
 - 2° TURNO, RAGAZZI (9/12 anni): dalle ore 18 alle 19:10
 - 3° TURNO, GIOVANI E ADULTI: dalle ore 19:20 alle 20:30
-

MERCOLEDI':

- "GIOCA JUDO", BAMBINI (4/5 anni): dalle ore 17 alle 17:45
 - 1° E 2° TURNO, BAMBINI E RAGAZZI: dalle ore 18 alle 19
 - 3° TURNO, GIOVANI E ADULTI: dalle ore 19 alle 20:45 (approfondimento, pratica libera e Kata)
-

GIOVEDI':

- 1° TURNO, BAMBINI (6/8 anni): dalle ore 17 alle 18
 - 2° TURNO, RAGAZZI (9/12 anni): dalle ore 18 alle 19:10
 - 3° TURNO, GIOVANI E ADULTI: dalle ore 19:30 alle 21
-

Per questioni di sicurezza e per garantire il buono svolgimento delle attività, l'ingresso alla palestra è consentito NON prima di 15 minuti dall'orario di inizio lezione.