

BUDOKAI SEZIONE JUDO DETTAGLIO ORARI 2026/2027

	MINIJUDO		JUDOKIDS		JUDOTEEN		JUDO JNR/SNR		PREP. ATLETICA		FUNCTIONAL TRAINING
LUNEDI'	16:00-16:45		17:00-18:00								
MARTEDI'	16:45-17:30		17:30-18:30		18:30-19:30		19:30-21:00				
GIOVEDI'											20:00-21:00/21:00-22:00
VENERDI'			18:00-19:00		18:30-19:30		19:30-21:00				
SABATO							10:30-12:00		09:30-10:30		

CORSO	ETA'	GIORNO	ORARIO	SPECIFICHE	ISTRUTTORE RESPONSABILE	N.B.	ISCRIZIONE
MINIJUDO	3-5Y	LUNEDI'	16:00-16:45		TERESA L.		1 / 2 VOLTE A SETTIMANA
MINIJUDO	3-5Y	MARTEDI'	16:45-17:30		MATTEO A.		1 / 2 VOLTE A SETTIMANA
JUDOKIDS	6-9Y	LUNEDI'	17:00-18:00	CINT. BIANCA/BIANCA-GIALLA	TERESA L.		1 / 2 VOLTE A SETTIMANA
JUDOKIDS	6-9Y	MARTEDI'	17:30-18:30	CINT. COLORATE DA GIALLA	MATTEO A.		1 / 2 VOLTE A SETTIMANA
JUDOKIDS	6-9Y	VENERDI'	18:00-19:00	TUTTE LE CINTURE	MATTEO A.		1 / 2 VOLTE A SETTIMANA
JUDOTEEN	10-14Y	MARTEDI'	18:30-19:30	TUTTE LE CINTURE	MATTEO A.		1 / 2 VOLTE A SETTIMANA
JUDOTEEN	10-14Y	VENERDI'	18:30-19:30	TUTTE LE CINTURE	MATTEO A.		1 / 2 VOLTE A SETTIMANA
JUDO JNR/SNR	+ 15Y	MARTEDI'	19:30-21:00	NIENTE	MATTEO A.		1/2/3 VOLTE A SETTIMANA
JUDO JNR/SNR	+ 15Y	VENERDI'	19:30-21:00	TUTTE	MATTEO A. e VALTER S.		1/2/3 VOLTE A SETTIMANA
JUDO JNR/SNR	+ 15Y	SABATO	10:30-12:00	CORSO D'APPROFONDIMENTO	VALTER S.		1/2/3 VOLTE A SETTIMANA
PREP. ATLETICA	+ 10Y	SABATO	09:30-10:30	ALLENAMENTO SPECIFICO SULLA FORZA ED ESPLOSIVITA'	RICCARDO P.	SOLO PER GLI ISCRITTI AI CORSI DI JUDO	INCLUSO NELLE 3 VOLTE A SETTIMANA
FUNCTIONAL TRAINING	+ 15Y	GIOVEDI'	20:00-21:00 21:00-22:00	ALLENAMENTO FUNZIONALE	RICCARDO P.	GRATUITO PER GLI ISCRITTI INTERNI DELLA SEZIONE JUDO	1 / 2 LEZIONI