

Corsi 2009-2010

Sono aperte le iscrizioni ai corsi 2009-10 di Judo, Karate, Aikido, Tai-Chi e Difesa Personale.

Per informazioni e iscrizioni la segreteria della palestra si trova in via Montecuccoli 33 ed è aperta dalle 16.00 alle 20.30.

E' anche possibile telefonare al numero **02 4157177** o scrivere una e-mail all'indirizzo **jc_jigorokano@libero.it**

	Lunedì	Mercoledì		Martedì	Giovedì	Venerdì
16.35-17.25	Pre Judo	Pre Judo	10.00-11.00	Difesa Personale		
17.25-18.15	Judo bambini bianche/colorate	Judo bambini bianche/colorate	17.00-17.50	Judo bambini bianche/colorate	Judo bambini bianche/colorate	Judo bambini colorate
18.15-19.05	Judo preagonistica	Judo preagonistica	17.50-18.40	Judo ragazzi colorate	Judo ragazzi colorate	Judo preagonistica
19.00-20.00	KARATE Bianche	KARATE Bianche	18.40-19.40	Judo - adulti colorate/bianche	Judo - adulti colorate/bianche	TAI CHI CHUAN
20.00-21.00	KARATE Colorate	KARATE Colorate	19.40-20.40	Aikido	Aikido	Judo agonistica
21.00-22.00	KARATE Marroni e Nere	KARATE Marroni e Nere	20.40-21.40	Judo agonistica	Judo agonistica	Judo adulti
				Judo adulti		