



CORSI

CORSI ADULTI (dai 14 anni)

Lunedì-mercoledì-venerdì

18:30 - 19:30

cinture Gialle-Arancio-Verdi (5°-4°-3° Kyu)

19:30 - 20:30

principianti, cinture Bianche (6° Kyu)

20:30 - 21:30

cinture Verdi-Blu-Marroni (3°-2°-1° Kyu)

Martedì-Giovedì

18:30 - 19:30

cinture Marroni (1° Kyu)

19:30 - 20:30

cinture Nere

Sabato

15:00 - 17:00

allenamento libero per cinture marroni e nere

CORSO BAMBINI (09-13 anni)

Lunedì-Giovedì

17:30-18:30