



Riapertura dei corsi alla Polisportiva del Judo Budo Club Lugano

Inizio settembre riprendono gli allenamenti alla palestra polisportiva situata in Via al Chioso 7 a Lugano-Cassarate. Tutte le sere e al sabato mattina a partire dalle 17.45, rispettivamente 10.00, con le sezioni di Judo, Aiki-Jitsu, Karatè Schotokan, Aikido, Judo-Difesa per adulti.

<u>Arte - Disciplina</u>	<u>Maestro</u>	<u>Indirizzo</u>
Judo - Adulti	Marco Rossi Paolo Ceruso	jbclugano@gmail.com paolo.ceruso@helvetia.ch
Judo - Difesa (solo per adulti)	Nando Ceruso	nando.ceruso@puntoservizi.ch
Judo - Bambini	Nando Ceruso Michele Balmelli	nando.ceruso@puntoservizi.ch balmo@ticino.com
Karatè dai 14 anni	Rolando D'Andolfi	nidan@bluewin.ch
Karatè - Bambini	Carmelo Rossini Moreno Sassi	c.rossini@mauri-banci.ch morenosassi@gmail.com
Aikido - Adulti	Valerio Gianascio	valerio.gianascio@aikido.ch
Aiki - Jitsu - Adulti	Sergio Calvi	091 972 42 29
Aiki - Jitsu - Bambini	Sergio Calvi Longo Alessio	091 972 42 29 alessiolongo@gmail.com

Riprendono anche i corsi di...

Judo-Difesa Personale per adulti
Tutti i venerdì dalle 19.15 alle 20.30
e i sabati dalle 10.00 alle 11.30
Iscrizioni direttamente in palestra

A tutti gli interessati che volessero cimentarsi con una qualsiasi delle arti marziali citate ricordiamo inoltre che possono visitarci sul nostro sito e chiedere qualsiasi informazione.

www.jbclugano.ch / info@jbclugano.ch