



JUDO PORTO SAN GIORGIO

IN COLLABORAZIONE CON IL **DOJO EQUIPE BOLOGNA ASD**

ORGANIZZA

26° RITIRO ESTIVO DI PREPARAZIONE AGONISTICA DI JUDO OLIMPICO

1° GRUPPO: Ragazzi — Esordienti A — Esordienti B fino a cintura verde

2° GRUPPO: Esordienti B cinture blu e marrone — Cadetti — Junior — Senior

DIREZIONE TECNICA

M° PAOLO NATALE

MAESTRO FEDERALE **6° DAN** DI JUDO - COLLABORATORE TECNICO SQUADRE NAZIONALI

LO STAFF TECNICO DI **AtletiInRete**

APERTURA RITIRO SABATO 19 AGOSTO 2017 DALLE ORE 17.00

CHIUSURA RITIRO VENERDI 25 AGOSTO 2017 DALLE ORE 17.00

PROGRAMMA

MATTINA — Allenamento Specifico Individuale

- 2° GRUPPO: ore 11.00—12.30

POMERIGGIO — Allenamento Tecnico E Randori

- 1° GRUPPO: ore 17.00—18.30
- 2° GRUPPO: ore 19.00—20.30

MARTEDÌ MATTINA LIBERO

CONTRIBUTO SPESE DI **10€** AD ALLENAMENTO

Quota per ritiro completo: 1° Gruppo 40€ (7 allenamenti)

2° Gruppo 60€ (12 allenamenti)

Gli allenamenti si terranno presso la palestra annessa alla

SCUOLA DE AMICIS in VIA MAZZINI 50 a PORTO SAN GIORGIO

Per Informazioni Logistica e Prenotazioni presso strutture convenzionate

Fabio Fabbroni: +39 333 7690122—fabbronif@alice.it