

CON IL PATROCINIO DI:



CONFEDERAZIONE DELLO SPORT



Village JUDO BEACH

**VENERDÌ
7 LUGLIO**

**RADUNO DI PRATICANTI
DI JUDO PROVENIENTI
DA TUTTO IL TERRITORIO
LAZIALE - ORE 17:30**

**ALLENAMENTO
SULLA SPIAGGIA
IN RIVA AL MARE.**

CONSULTA IL PROGRAMMA PER
SCOPRIRE TUTTI GLI APPUNTAMENTI

RANDORI:
**- COMBATTIMENTO
LIBERO.**
**- STUDIO DELLE
TECHINCHE.**



M° A. ALIANO 3284740237

PRESSO
VILLAGE BEACH OSTIA
Lungomare Paolo Toscanelli 197
Ostia Lido

PER INFO:
e-mail: laio@ascsport.it
www.ascsport.it
www.ascacademylazio.it



CON IL PATROCINIO DI:



CONFEDERAZIONE DELLO SPORT



Village JUDO BEACH

**VENERDÌ
7 LUGLIO**

PROGRAMMA

ORE 10:00 GINNASTICA DOLCE

ORE 11:00 CINTURE D'ARGENTO (OVER 65)

ORE 13:30 FUNCTIONAL TRAINING

ORE 15:30 JUDO KIDS FINO ALLE 18:00

(JUDO INTEGRATO)

ORE 19:00 FUNCTIONAL TRAINING

ORE 18:00 JUDO BEACH

M° A. ALIANO 3284740237



VILLAGE BEACH OSTIA
Lungomare Paolo Toscanelli 197
Ostia Lido

e-mail: laio@ascsport.it
www.ascsport.it
www.ascacademylazio.it

