

**Affiliata alle  
Seguenti federazioni:**

**FIJLKAM**

FEDERAZIONE ITALIANA JUDO, LOTTA, KARATE, ARTI MARZIALI

**FEDERAZIONE FONDATA IL 18 GENNAIO 1902**



FEDERAZIONE  
SPORTIVA NAZIONALE  
RICONOSCIUTA  
DAL CONI



Centro C.A.S. (Centro Avviamento allo Sport) autorizzazione rilasciata dal C.O.N.I.  
n. MANA 0182

Il C.I.O. (Comitato Olimpico Internazionale) e l'U.N.E.S.C.O. (Organizzazione delle Nazioni Unite per le Scienze e l'Educazione) RICONOSCONO IL JUDO COME LO SPORT PIU' COMPLETO consentendo un'educazione Psicofisica Integrata

**JUDO**



**STAGIONE  
2016—2017**

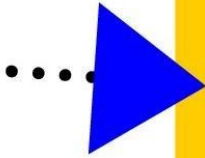
**PALESTRA**



ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA



.....NON  
SOLO JUDO  
MA



**JUDO CLUB SAKURA  
OSIMO A.S.D.**  
**Via Barbalarga n. 10  
Traversa di  
Via Guazzatore Edificio  
Astea 60027—OSIMO (An)**  
**Info:**  
**Cell. 331/6019499** Beniamino  
**339/4330704** Tiziana  
**E-mail: judogisakura@tiscali.it**  
**Sito: www.judosakuraosimo.it**  
**Pec: judosakuraosimoasd@pec.it**

**PER TUTTI I CORSI  
PROVE  
GRATUITE!!  
PER CHI  
NON HA MAI PROVATO DA NOI!!  
INFO  
IN SEGRETERIA!**



### **JUDO:**

#### **Per i piccoli:**

**CORSO SAKURINI M/F**  
**Nati/e dal 2012 al 2009**  
**Martedì e Venerdì**

Dalle ore 18:00 alle ore 19:15

Istruttore resp.: LAZZARI TIZIANA C.N. 3 Dan  
Aspirante Allenatore: GIULIODORI ROMENA C.N. 1 Dan

#### **Per i ragazzi/e:**

**CORSO PICCOLI SAMURAI M/F**  
**Nati/e dal 2008 al 2006 e**  
**2005-2004-2003 cinture bianche**  
**Lunedì e Giovedì**

Dalle ore 18:00 alle ore 19:15

**Nati/e nel 2008-2007 cinture colorate**  
**Lunedì—Mercoledì—Giovedì**

Dalle ore 18:00 alle ore 19:15

**Nati/e nel 2006-2005 cinture colorate**  
**Lunedì—Mercoledì**

Dalle ore 18:00 alle ore 19:15

**Venerdì**

Dalle ore 19:30 alle ore 21:30

Istruttore resp.: LAZZARI TIZIANA C.N. 3 Dan  
Aspirante Allenatore: FRONTALINI ALESSIO C.N. 2 Dan  
Aspirante Allenatore: SPADARI SIRIA C.N. 2 Dan  
Aspirante Allenatore: GIULIODORI ROMENA C.N. 1 DAN

#### **Per gli adolescenti:**

**CORSO SAMURAI M/F**

**Nati 2004-2003-2002**

**Lunedì—Mercoledì—Venerdì**

Dalle ore 19:30 alle ore 21:30

**Martedì e Giovedì:** allenamenti integrativi  
sala pesi/cardio o corpo libero

#### **Per i più grandi:**

**CORSO RONIN M/F**

**Nati/e a partire dal 2001 fino al 19..**

**Lunedì — Mercoledì — Venerdì**

Dalle ore 19:30 alle ore 21:30

**Martedì e Giovedì:** allenamenti integrativi  
sala pesi/cardio o corpo libero

Istruttore resp.: LAZZARI TIZIANA C.N. 3 Dan



#### **Per amatori e principianti**

### **JUDO TRAINING**

*Per chi non ha il fisico  
e la mente di un agonista  
A partire dai nati 2001 all'età "matura".*

**Martedì e Giovedì**  
ore 19:30—20:30

Istruttore resp.: LAZZARI TIZIANA C.N. 3



**OBBLIGATORIA  
LA PRENOTAZIONE**

### **SPINNING**

Vieni a pedalare divertendoti  
con la musica.

**Lunedì:** 20:00-21:00

**Mercoledì:** 20:00-21:00

Istruttori FIPE:  
COLETTA FABIO



### **SALA PESI**

### **SALETTA CARDIO**

Tutti i giorni dal

**Lunedì al Venerdì**

Sala aperta

Dalle ore 18:00 alle ore 22:00

Istruttore FIPE:

FRANCOSA BENIAMINO