



ATTIVITA' DI ALLENAMENTO DEL JUDO KUROKI

Dal 1 luglio al 31 agosto 2020

PalaKuroki – Via Pascoli 31 Tarcento (e spazi esterni)

MESE DI LUGLIO e AGOSTO

L'attività verrà svolta nelle distanze consentite, **di norma all'aperto** e in caso di maltempo in palestra. In caso di accesso in palestra potranno partecipare all'allenamento fino a 15 atleti. Qualora alcuni atleti non possano accedere alla palestra, per saturazione del numero a causa del maltempo a Tarcento, avranno comunque diritto di prelazione per l'allenamento successivo. Comunque verranno attivati allenamenti supplementari e le lezioni di recupero o lezioni aggiuntive verranno comunicate ai soci con le modalità normalmente in uso.

La prenotazione, per tutti gli allenamenti, va fatta via whatsapp a Manuela Tondolo.

Saranno possibili le docce con non più di 5 persone alla volta, distanziate. Vanno rispettate tutte le disposizioni date dal Presidente del Judo Kuroki e indicate nelle cartellonistiche e nei documenti di controllo.

SI RICORDA CHE L'ATTIVITA' ALL'INTERNO DEL PALAKUROKI SI SVOLGERA' SENZA PUBBLICO.

CALENDARIO E ORARI

AGONISTI (da cadetti a master)

MARTEDI', GIOVEDI' e VENERDI' dalle 19.30 alle 20.30

TUTTI i MARTEDI' e i GIOVEDI' di LUGLIO e AGOSTO

TUTTI i VENERDI' di LUGLIO e VENERDI' 7 e 28 AGOSTO

BAMBINI – RAGAZZI - ESORDIENTI

(frequentanti a Tarcento o a Buja)

(dai 6 ai 13 anni)

MERCOLEDI' dalle 18.00 alle 19.30- SABATO dalle 10.00 alle 11.30

LUGLIO: 1 – 4 – 8 – 11 – 15 – 18 – 22 – 25 – 29 AGOSTO – 1 – 5 – 8 – 26 - 29

GINNASTICA per TUTTI

LUNEDI' e MERCOLEDI' dalle 19.30 alle 20.30

I corsi saranno tenuti dai tecnici Stefano Stefanel, Giuliano Casco, Massimo Nocent, Sebastiano Billardello, Tiziano Tieppo, Giacomo Cugini, Gino Gianmarco Stefanel, Gianluigi Pugnetti, Junio Valerio Tullio Filippig, Loris Clocchiatti, Matteo Gerussi, Andrea Toffoletti, Giuliano Fior.

INIZIO CORSI 1 SETTEMBRE 2020
(nel rispetto delle normative del momento)

Il Direttore tecnico e sportivo
M.o Stefano Stefanel

29/06/2020 09:04:22