

ASD J.Kano Nogara  
organizza un seminario tecnico di  
**JUDO**

**Sabato 22 Novembre 2025**

Palazzetto dello sport Nogara

**M° Lamberto Parmegiano Palmieri - VI dan**

Apd Yamashita Judo Club – Giano dell’Umbria (PG)

Il seminario si svolgerà con il seguente programma :

**dalle ore 15:00 alle ore 16:00**

bambini e fanciulli ( ovvero 1^ ora corso palestra ) --- iscrizione 10 euro

**dalle ore 16:00 alle ore 18:00**

adolescenti /adulti (ovvero 2^ e 3^ ora corso palestra ) --- iscrizione 15 euro

---

✂ =====

da consegnare in palestra entro martedì 18 novembre

Atleta : \_\_\_\_\_  
Cognome Nome

Il genitore data  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_