



## COMITATO REGIONALE LOMBARDIA – SETTORE JUDO

	ATTIVITA' PROGRAMMATA	SEDE DI SVOLGIMENTO	ORARIO PESO	COSTI INDICATIVI
<b>GENNAIO</b>				
SABATO 9 GENNAIO 2010	SEMINARIO CINTURE BIANCHE/ROSSE	ARCORE (MI)	15.30 / 19.00	DA QUANTIFICARE
	SERATA CONVIVIALE		19.30 / 22.00	
DOMENICA 10 GENNAIO 2010	STAGE DI STUDIO E PRATICA NAGE NO KATA	SEGRATE	9.00 / 11.00	€ 10.00
	<b>QUALIF. CAMP. ITAL. KATA NAGE NO KATA</b>		<b>11.00 / 14.00</b>	
MERCOLEDÌ 13 GENNAIO 2010	ALLENAMENTO ESO/B. CAD. JUN. SEN AL C.T.R.	SEGRATE	19.45 / 21.15	GRATUITO
SABATO 16 GENNAIO 2010	CORSO AGGIORNAMENTO UFFICIALI DI GARA	MILANO CONI REGIONALE	14.00 / 19.00	GRATUITO
	CORSO FORMAZIONE/AGGIORNAMENTO JUDO HANDICAP	CREMONA	9.00 / 18.00	€ 100.00
DOMENICA 17 GENNAIO 2010	STAGE INFORMATIVO NUOVI PROGRAM. ATTIVITÀ GIOVANILE	SEGRATE	9.30 / 12.00	GRATUITO
DOMENICA 24 GENNAIO 2010	STAGE DI STUDIO E PRATICA KATAME NO KATA	SEGRATE	9.00 / 11.00	€ 10.00
	<b>QUALIF. CAMP. ITAL. KATA KATAME NO KATA</b>		<b>11.00 / 14.00</b>	
SABATO 30 GENNAIO 2010	PRIMA PROVA GRAND PRIX ESO B	CISERANO	14.00 / 15.00	€ 10.00
	<b>QUALIF. CAMP. ITAL. CADETTI</b>		15.30 / 16.30	
	TROFEO "UNDER 23"		17.00 / 18.00	
DOMENICA 31 GENNAIO 2010	PRIMA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (PRIMO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	€ 50.00
<b>FEBBRAIO</b>				
MERCOLEDÌ 3 FEBBRAIO 2010	ALLENAMENTO C.T.R.	SEGRATE	19.45 / 21.15	GRATUITO
	STAGE DI STUDIO E PRATICA KODOKAN GOSHIN JUTSU	SEGRATE	9.00 / 11.00	€ 10.00
	<b>QUALIF. CAMP. ITAL. KATA KODOKAN GOSHIN JUTSU</b>		<b>11.00 / 14.00</b>	
SABATO 13 FEBBRAIO 2010	<b>FINALE CAMP. ITAL. CADETTI MASCHILE</b>	TERNI		

DOMENICA 14 FEBBRAIO 2010	<b>FINALE CAMP. ITAL CADETTI FEMMINILE</b>			
	SECONDA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (PRIMO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	GIA' COMPRESA
DOMENICA 21 FEBBRAIO 2010	STAGE DI STUDIO E PRATICA JU NO KATA	SEGRATE	9.00 / 11.00	€ 10.00
	<b>QUALIF. CAMP. ITAL. KATA JU NO KATA</b>		11.00 / 14.00	
DOMENICA 28 FEBBRAIO 2010	TERZA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (PRIMO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	GIA' COMPRESA
	CRITERIUM GIOVANILE	CISERANO	8.00 / 14.00	€ 10.00
	CAMPIONATO REGIONALE ESO A		14.00 / 15.00	
	<b>QUALIF. CAMP. ITAL. JUNIORES</b>		15.30 / 16.30	
<b>MARZO</b>				
MERCOLEDÌ 3 MARZO 2010	ALLENAMENTO C.T.R.	SEGRATE	19.45 / 21.15	GRATUITO
DOMENICA 7 MARZO 2010	STAGE DI STUDIO E PRATICA KIME NO KATA	SEGRATE	9.00 / 11.00	€ 10.00
	<b>QUALIF. CAMP. ITAL. KATA KIME NO KATA</b>		11.00 / 14.00	
SABATO 13 MARZO 2010	<b>FINALE CAMP. ITALIANO JUNIORES MASCHILE</b>	FOLLONICA		
DOMENICA 14 MARZO 2010	<b>FINALE CAMP. ITALIANO JUNIORES FEMMINILE</b>			
	QUARTA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (PRIMO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	GIA' COMPRESA
SABATO 20 MARZO 2010	<b>QUALIF. CAMP. ITAL ASSOLUTI</b>	CISERANO	14.00 / 15.00	€ 10.00
DOMENICA 21 MARZO 2010	<b>FINALE CAMP. ITALIANO KATA</b>	CISERANO	8.00 / 18.00	
SABATO 27 MARZO 2010	<b>FINALE CAMP. ITALIANO ASSOLUTO MASCHILE</b>	RAVENNA		
SABATO 27 MARZO 2010	TROFEO "CITTA' DI COMO"	COMO		VEDI PROGR.
DOMENICA 28 MARZO 2010	<b>FINALE CAMP. ITALIANO ASSOLUTI FEMMINILE</b>	RAVENNA		
	QUINTA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (PRIMO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	GIA' COMPRESA
	TROFEO "CITTA' DI COMO"	COMO		VEDI PROGR.
<b>APRILE</b>				

DOMENICA 4 APRILE 2010	PASQUA			
LUNEDÌ 5 APRILE 2010	S.ANGELO			
MERCOLEDÌ 7 APRILE 2010	ALLENAMENTO C.T.R.	SEGRATE	19.45 / 21.15	GRATUITO
	TROFEO "PAULLO"	SETTALA		VEDI PROGR.
DOMENICA 11 APRILE 2010	TROFEO "PAULLO"	SETTALA		VEDI PROGR.
	PRIMA LEZIONE STUDIO GO KYO	SEGRATE	8.30 / 12.30	€ 10.00
SABATO 17 APRILE 2010	QUALIF. CAMP. ITAL. UNDER 23.	CISERANO	14.00 / 15.00	€ 10.00
DOMENICA 18 APRILE 2010	MANIFESTAZIONE GIOVANILE	CASTELLANZA		VEDI PROGR
	LEZIONE DI PREPARAZIONE E FORMAZIONE DOCENTI REGIONALI DI KATA DA ABILITARE NEI CORSI PROVINCIALI	SEGRATE	8.30 / 12.30	€ 30.00
SABATO 24 APRILE 2010	CRITERIUM SPORT E SCUOLA	MEDE		VEDI PROGR.
DOMENICA 25 APRILE 2010	SESTA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (PRIMO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	GIA' COMPRESA
	TROFEO "PALAZZOLO"	PALAZZOLO S/O		VEDI PROGR.
<b>MAGGIO</b>				
SABATO 1 MAGGIO 2010	COPPA LOMBARDIA (GRAN PREMIO 1°/2° DAN)	CISERANO		€ 10.00
DOMENICA 2 MAGGIO 2010				
MERCOLEDÌ 5 MAGGIO 2010	ALLENAMENTO C.T.R.	SEGRATE	19.45 / 21.15	GRATUITO
SABATO 8 MAGGIO 2010	PRIMA LEZIONE CORSO ASP. ALLENATORI 2010	SEGRATE	14.00 / 18.00	€ 150.00
	FINALE CAMP. ITALIANO JU JITSU	BUSTO ARSIZIO		VEDI PROGR.
DOMENICA 9 MAGGIO 2010	FINALE CAMP. ITALIANO JU JITSU	BUSTO ARSIZIO		VEDI PROGR.
SABATO 15 MAGGIO 2010	FINALE CAMP. ITALIANO UNDER 23 MASCHILE	CATANIA		
DOMENICA 16 MAGGIO 2010	FINALE CAMP. ITALIANO UNDER 23 FEMMINILE			
	SETTIMA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (PRIMO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	GIA' COMPRESA
	CRITERIUM GIOVANILE	CISERANO		€ 10.00

	CAMPIONATO REGIONALE ESO A			
	GRAN PRIX CADETTI			
	CAMPIONATO REGIONALE CINTURE VERDI			
SABATO 22 MAGGIO 2010	<b>CAMP. NAZIONALE UNIVERSITARIO</b>	CAMPOBASSO		VEDI Progr.
	TROFEO "SARNICO"	SARNICO		VEDI Progr.
DOMENICA 23 MAGGIO 2010	<b>CAMP. NAZIONALE UNIVERSITARIO</b>	CAMPOBASSO		VEDI Progr.
	TROFEO "SARNICO"	SARNICO		VEDI Progr.
	SECONDA LEZIONE STUDIO GO KYO	SEGRATE		€ 10.00
DOMENICA 30 MAGGIO 2010	OTTAVA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (PRIMO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	GIA' COMPRESA
<b>GIUGNO</b>				
DOMENICA 6 GIUGNO 2010	PRE ESAME CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (PRIMO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 18.00	€ 25.00 (FACOLTATIVO)
MERCOLEDÌ 9 GIUGNO 2010	ALLENAMENTO C.T.R.	SEGRATE	19.45 / 21.15	GRATUITO
SABATO 12 GIUGNO 2010	SECONDA LEZIONE CORSO ASP. ALLENATORI 2010	SEGRATE	14.00 / 18.00	GIA' COMPRESA
DOMENICA 13 GIUGNO 2010	TERZA LEZIONE STUDIO GO KYO	SEGRATE	8.30 / 12.30	€ 10.00
SABATO 19 GIUGNO 2010	ESAME CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (PRIMO CICLO 2010)	CISERANO	13.00 / 20.00	QUOTE FEDERALI
DOMENICA 20 GIUGNO 2010	CORSO AGG.TO INSEGNANTI TECNICI	CISERANO	8.30 / 17.30	QUOTE FEDERALI
SABATO 26 GIUGNO 2010	PRIMA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (SECONDO CICLO 2010)	SEGRATE	15.00 / 18.00	€ 50.00
DOMENICA 27 GIUGNO 2010	TERZA LEZIONE CORSO ASP. ALLENATORI 2010	SEGRATE	8.30 / 12.30	GIA' COMPRESA
<b>LUGLIO</b>				
SABATO 10 LUGLIO 2010	SECONDA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (SECONDO CICLO 2010)	SEGRATE	15.00 / 18.00	GIA' COMPRESA
DOMENICA 11 LUGLIO 2010	QUARTA LEZIONE CORSO ASP. ALLENATORI 2010	SEGRATE	8.30 / 12.30	GIA' COMPRESA
SABATO 24 LUGLIO 2010	TERZA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (SECONDO CICLO 2010)	SEGRATE	15.00 / 18.00	GIA' COMPRESA

AGOSTO				
	STAGE FIJKAM	LIGNANO SABBIAORO		VEDI PROGR.
SABATO 28 AGOSTO 2010	STAGE FIJKAM			
DOMENICA 29 AGOSTO 2010	STAGE FIJKAM			
LUNEDÌ 30 AGOSTO 2010	STAGE FIJKAM			
MARTEDÌ 31 AGOSTO 2010	STAGE FIJKAM			
SETTEMBRE				
MERCOLEDÌ 8 SETTEMBRE 2010	ALLENAMENTO C.T.R.	SEGRATE	19.45 / 21.15	GRATUITO
DOMENICA 12 SETTEMBRE 2010	QUINTA LEZIONE CORSO ASP. ALLENATORI 2010	SEGRATE	8.30 / 12.30	GIA' COMPRESA
DOMENICA 19 SETTEMBRE 2010	TORNEO DELLE REGIONI KATA	BOLZANO		VEDI PROGR.
DOMENICA 26 SETTEMBRE 2010				
OTTOBRE				
SABATO 2 OTTOBRE 2010	LIDO DI ROMA	ROMA		VEDI PROGR.
	SESTA LEZIONE CORSO ASP. ALLENATORI 2010	SEGRATE	8.30 / 12.30	GIA' COMPRESA
DOMENICA 3 OTTOBRE 2010	LIDO DI ROMA			
	QUARTA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (SECONDO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	GIA' COMPRESA
MERCOLEDÌ 6 OTTOBRE 2010	ALLENAMENTO C.T.R.	SEGRATE	19.45 / 21.15	GRATUITO
DOMENICA 10 OTTOBRE 2010	SETTIMA LEZIONE CORSO ASP. ALLENATORI 2010	SEGRATE	8.30 / 12.30	GIA' COMPRESA
SABATO 16 OTTOBRE 2010	TROFEO "INDUNO OLONA"	INDUNO OLONA		VEDI PROGR.
DOMENICA 17 OTTOBRE 2010	QUINTA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (SECONDO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	GIA' COMPRESA
SABATO 23 OTTOBRE 2010	SANKAKU (1°/2° DAN)	BERGAMO		VEDI PROGR.
DOMENICA 24 OTTOBRE 2010	SANKAKU			
SABATO 30 OTTOBRE 2010	QUALIF. COPPA ITALIA INDIVIDUALE	CISERANO		€ 10.00

	<b>QUALIF. CAMP. ITALIANO ESORDIENTI B</b>			
	<b>QUALIF. CAMP. ITALIANO A SQUADRE</b>			€ 25.00
<b>DOMENICA 31 OTTOBRE 2010</b>	OTTAVA LEZIONE CORSO ASP. ALLENATORI 2010	SEGRATE	8.30 / 12.30	GIA' COMPRESA
<b>NOVEMBRE</b>				
<b>LUNEDÌ 1 NOVEMBRE 2010</b>				
<b>MERCOLEDÌ 3 NOVEMBRE 2010</b>	ALLENAMENTO C.T.R.	SEGRATE	19.45 / 21.15	GRATUITO
<b>SABATO 6 NOVEMBRE 2010</b>	<b>FINALE COPPA ITALIA MASCHILE</b>	LIGNANO SABBIADORO		
<b>DOMENICA 7 NOVEMBRE 2010</b>	<b>FINALE COPPA ITALIA FEMMINILE</b>	LIGNANO SABBIADORO		
	TROFEO "NERVIANO"	NERVIANO		VEDI PROGR.
	SESTA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (SECONDO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	GIA' COMPRESA
<b>SABATO 13 NOVEMBRE 2010</b>	<b>FINALE CAMP. ITALIANO ESORDIENTI MASCHILE</b>	LAZIO		
<b>DOMENICA 14 NOVEMBRE 2010</b>	<b>FINALE CAMP. ITALIANO ESORDIENTI FEMMINILE</b>			
<b>SABATO 20 NOVEMBRE 2010</b>	TROFEO "LODI"	LODI		VEDI PROGR.
	NONA LEZIONE CORSO ASP. ALLENATORI 2010	SEGRATE	14.00 / 18.00	GIA' COMPRESA
<b>DOMENICA 21 NOVEMBRE 2010</b>	2° GIORNATA CORSO AGG.TO INSEGNANTI TECNICI	CISERANO		<b>QUOTE FEDERALI</b>
	SETTIMA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (SECONDO CICLO 2010)	SEGRATE	8.30 / 12.00	GIA' COMPRESA
<b>SABATO 27 NOVEMBRE 2010</b>	<b>FINALE CAMP. ITALIANO A SQUADRE MASCHILI / FEMMINILI JU/SE</b>	FROSINONE		
<b>DOMENICA 28 NOVEMBRE 2010</b>	<b>FINALE CAMP.ITALIANO A SQUADRE MASCHILI / FEMMINILI CA</b>	FROSINONE		
	TROFEO "MON CLUB"	APPIANO GENTILE		VEDI PROGR.
<b>DICEMBRE</b>				
<b>MERCOLEDÌ 1 DICEMBRE 2010</b>	ALLENAMENTO C.T.R.	SEGRATE	19.45 / 21.15	GRATUITO
<b>DOMENICA 5 DICEMBRE 2010</b>				
<b>MERCOLEDÌ 8 DICEMBRE 2010</b>				

SABATO 11 DICEMBRE 2010	GRAN PREMIO 1°/2° DAN	CISERANO	14.00 / 20.00	€ 10.00
	DECIMA LEZIONE CORSO ASP. ALLENATORI 2010	SEGRATE	14.00 / 18.00	GIA' COMPRESA
DOMENICA 12 DICEMBRE 2010	OTTAVA LEZIONE CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE ESAMI 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (SECONDO CICLO 2010)	SEGRATE		GIA' COMPRESA
	TROFEO "ARCOBALENO"	CISERANO		€ 10.00
	CRITERIUM GIOVANILE			
	CAMPIONATO REGIONALE ESO A			
	GRAN PRIX CADETTI			
SABATO 18 DICEMBRE 2010	ESAME CORSO PROPEDEUTICO REGIONALE 1°/2°/3°/4°/5°/6° DAN (SECONDO CICLO 2010)	SEGRATE	14.00 / 19.00	QUOTE FEDERALI
	ESAME CORSO ASP. ALLENATORI 2010			GIA' COMPRESA
DOMENICA 19 DICEMBRE 2010				
SABATO 25 DICEMBRE 2010	NATALE			
DOMENICA 26 DICEMBRE 2010	S.STEFANO			

Leggenda : attività evidenziata con il colore  attività regionale prevista  
 : attività evidenziata con il colore  attività regionale di qualificazione  
 : attività evidenziata con il colore  attività nazionale (finali o tornei Gran Prix FIJLKAM)