



SEIDO ITALY

The human face of Karate

ORARIO SETTIMANALE DELLE CLASSI

Settembre 2026



LUNEDÌ

13:30-14:30	Circuito Kumite Sei Shihan Vincent / Senpai del giorno
17:15-18:00	Bambini 5-10 anni Sensei Stefano, Sensei Paolo
18:00-18:45	Bambini 10-16 anni Sensei Stefano, Sensei Paolo, Senpai Lorenzo
19:00-20:00	Adulti Regular Jun Shihan Simone, Sensei Paolo



MARTEDÌ

19:00-19:45	Regular / Zen Sensei Stefano, Senpai Gianfranco
19:45-20:30	Kumite principianti + circuito Jun Shihan Simone, Jun Shihan Giorgio



MERCOLEDÌ

13:30-14:30	Regular Sei Shihan Vincent / Senpai del giorno
17:15-18:00	Bambini 5-10 anni Sensei Stefano, Senpai Gianfranco
18:00-18:45	Bambini 10-16 anni Sensei Stefano, Senpai Gianfranco



GIOVEDÌ

19:15-20:00	Regular Sei Shihan Vincent, Jun Shihan Simone, Jun Shihan Giorgio
20:00-21:00	Cinture nere Sei Shihan Vincent, Jun Shihan Simone, Jun Shihan Giorgio



VENERDÌ

13:30-14:30	Kata Regular Sei Shihan Vincent / Senpai del giorno
17:45-18:45	Adulti Regular Sensei Stefano, Senpai Gianfranco
19:00-20:00	Kumite avanzato semi-contact Senpai Lorenzo, Senpai Pietro



DOMENICA

10:00-11:00	Cinture nere da Sandan in su Jun Shihan Simone, Sensei Paolo
11:00-12:00	Regular Class aperta a tutti Jun Shihan Simone



RISPETTO • DISCIPLINA • CORAGGIO • ARMONIA