



TIMETABLE 2022

Head Instructor Purple Belt RGA | Alessandro Candian

ROGER GRACIE ABBiateGRASSO

Via Francesco De Sanctis 10/12, 20081 Abbiategrasso (Mi)

Tel. +39.0291154077 • M. +39.3936514471 • Email. rgabbiategrasso@lifecombat.it

LUNEDÌ

08.00 -13.00
LEZIONI PRIVATE SU APPUNTAMENTO

12.15 -13.15
BRAZILIAN JIU JITSU All Levels

13.15 -13.45
ROLLING

16.00 -17.00
BRAZILIAN JIU JITSU Fundamentals

17.00 -18.00
BRAZILIAN JIU JITSU KIDS UNDER 13

MARTEDÌ

08.00 -12.00
LEZIONI PRIVATE SU APPUNTAMENTO

20.00 -21.30
BRAZILIAN JIU JITSU All Levels

21.30 -22.00
ROLLING

VENERDÌ

08.00 -13.00
LEZIONI PRIVATE SU APPUNTAMENTO

12.15 -13.15
BRAZILIAN JIU JITSU All Levels

13.15 -13.45
ROLLING

16.00 -17.00
BRAZILIAN JIU JITSU Fundamentals

20.00 -21.00
BRAZILIAN JIU JITSU NO GI

MERCOLEDÌ

08.00 -13.00
LEZIONI PRIVATE SU APPUNTAMENTO

12.15 -13.15
BRAZILIAN JIU JITSU All Levels

13.15 -13.45
ROLLING

16.00 -17.00
BRAZILIAN JIU JITSU Fundamentals

17.00 -18.00
BRAZILIAN JIU JITSU KIDS UNDER 13

GIOVEDÌ

08.00 -12.00
LEZIONI PRIVATE SU APPUNTAMENTO

17.00 -18.00
BRAZILIAN JIU JITSU KIDS UNDER 13

20.00 -21.30
BRAZILIAN JIU JITSU All Levels

21.30 -22.00
ROLLING

SABATO

Su programmazione
COMPETITION CLASS

Su prenotazione
LEZIONI PERSONALI

Su prenotazione
OPEN MATT

Su prenotazione
INTRO CLASS