

**CUADRANTE GENERAL TEMPORADA 2021-22**

**SALA DE ARTES MARCIALES DEL CERRO DEL TELÉGRAFO**

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	HORA
9:00							9:00
10:00		ESCUELA DE JIU JITSU 10:00 A 11:00	ESCUCHANDO MI CUERPO CON. MUJER 10:00 - 12:00	ESCUELA DE JIU JITSU 10:00 A 11:00	CUIDADO DE LAS EMOCIONES 10:00- 12:00	JUDO FEDERADO	10:00
11:00		ESCUELA DE JUDO 11:00 A 12:00		ESCUELA DE JUDO 11:00 A 12:00			11:00
12:00			AUTOCONOCIMIENTO Y EXPRESION CORPORAL 12:00- 14:00		RITMO, ESPACIO Y MOVIMIENTO 12:00-14:00	JUDO FEDERADO	12:00
13:00							13:00
14:00							14:00
15:00							15:00
16:00	ESCUELA JUDO	ESCUELA DE LUCHA	ESCUELA JUDO	ESCUELA DE LUCHA	JUDO FEDERADO		16:00
17:00	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	JUDO FEDERADO		17:00
18:00	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	JUDO FEDERADO		18:00
19:00	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	JUDO FEDERADO		19:00
20:00	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	ESCUELA JUDO	JUDO FEDERADO		20:00
21:00	JUDO FEDERADO	JUDO FEDERADO	JUDO FEDERADO	JUDO FEDERADO			21:00
22:00							22:00
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES		HORA