



Sabato 23.02.2019 e Domenica 24.02.2019
TROFEO CITTA DI LERICI
JU JITSU
2 Tappa Ju Jitsu Challenge ACSI 2018/19



Programma Stage Judo e Jujitsu

Sabato 23.02.2019

Palazzetto dello Sport di Lerici (SP) Via F.Poggi 24

Lo Stage è aperto a tutti gli i praticanti tesserati FIJLKAM o Enti di Promozione Sportiva convenzionati

Ore 14.00 - 15.00 accredito partecipanti

Ore 15.00 - 17.00 Stage di Judo (docente Fernand Capizzi)

Ore 17.00 - 19.00 Stage di Jujitsu (docente Fernand Capizzi)

Programma gara Fighting System

Sabato 23.02.2019 e Domenica 24.02.2019

Palazzetto dello Sport di Lerici (SP) Via F.Poggi 24

La competizione è aperta a tutti gli atleti tesserati FIJLKAM o Enti di Promozione Sportiva convenzionati si svolgerà secondo **Regolamento Gara Internazionale JJIF** con le **VARIAZIONI, ESCLUSIONI ed ECCEZIONI** riportate di seguito nel presente comunicato.

PROPEDEUTICA ALLA COMPETIZIONE:

- a) Bambini dal 5° al 7° anno di età (2014/2013/2012) **TERZA FASE Vedi Variazioni**
- b) Fanciulli dal 8° al 9° anno di età (2011/2010) **SECONDA E TERZA FASE Vedi Variazioni**
- c) Ragazzi dal 10° al 11° anno di età (2009/2008) **Vedi Variazioni**

CATEGORIE DI PESO IN KG

MASCHILE Bambini	MASCHILE Fanciulli	MASCHILE Ragazzi	FEMMINILE Bambine	FEMMINILE Fanciulle	FEMMINILE Ragazze
-15	-21	-24	-15	-20	-22
-18	-24	-27	-18	-22	-25
-21	-27	-30	-21	-25	-28
-24	-30	-34	-24	-28	-32
-27	-34	-38	-27	-32	-36
-30	-38	-42	-30	-36	-40
-34	-42	-46	-34	-40	-44
-38	+42	-50	-38	+40	-48
+38		+50	+38		+48

FIGHTING SYSTEM

- a) Esordienti A 12° anno di età (2007) **Vedi Variazioni**
- b) Esordienti B 13° e 14 anno di età (2006 e 2005) **Vedi Variazioni**
- c) Cadetti dal 15° al 17° anno di età (2004/2003/2002) **Vedi Variazioni**
- d) Juniores dai 18 ai 20 anni di età (2001/2000/1999)
- e) Senior dai 21 ai 35 anni di età (1998/1984)



Sabato 23.02.2019 e Domenica 24.02.2019
TROFEO CITTA DI LERICI
JU JITSU
2 Tappa Ju Jitsu Challenge ACSI 2018/19



f) Master dai 36 ai 45 anni di età (1983/1974)

CATEGORIE DI PESO IN KG

MASCHILE Esordienti	MASCHILE Cadetti	MASCHILE Juniores Senior Master	FEMMINILE Esordienti	FEMMINILE Cadette	FEMMINILE Juniores Senior Master
-37	-46	-56	-36	-40	-49
-41	-50	-62	-40	-44	-55
-45	-55	-69	-44	-48	-62
-50	-60	-77	-48	-52	-70
-55	-66	-85	-52	-57	+70
-60	-73	-94	-57	-63	
-66	-81	+94	-62	-70	
-72	+81		-68	+70	
-78			+68		
+78					

Sabato 23.02.2019 ore 18.00 – 19.00 controllo iscrizioni e peso per tutti gli atleti

Domenica 24.02.2019

ORE 08.00 - 09.00 CONTROLLO ISCRIZIONI E PESO BAMBINI FANCIULLI E RAGAZZI
 ORE 09.00 - 09.30 RIUNIONE UFFICIALI DI GARA
 ORE 09.30 INIZIO GARA BAMBINI FANCIULLI E RAGAZZI
 A SEGUIRE GARA ESORDIENTI CADETTI JUNIOR SENIOR MASTER
 ORE 10.00 - 11.00 CONTROLLO ISCRIZIONI E PESO
 ESORDIENTI CADETTI JUNIOR SENIOR MASTER

Per ogni classe di età sono previste le seguenti fasce di cintura:

Prima fascia: da Bianca ad Arancio

Seconda fascia: da Verde a Nera

Modalità di peso:

Tutti gli atleti sono tenuti a presentarsi puntuali e in tempo utile alle operazioni di verifica delle iscrizioni e di peso; come da regolamento e per rispetto di tutti i partecipanti **non si accetteranno in gara atleti che si presenteranno dopo l'orario di chiusura delle operazioni di peso.**

Tutti gli atleti si devono pesare in abbigliamento da gara regolamentare senza protezioni, è consentito pesarsi anche senza la cintura e la giacca e del Keikoji, è prevista una tolleranza di 0,5 Kg sul peso della categoria. Fino agli esordienti è possibile pesarsi indossando il Keikoji.

Deroghe alle categorie, classi o fasce:

Se necessario, quando possibile e in accordo con i rappresentanti di società, affinché gli atleti facciano il maggior numero di incontri possibile, l'organizzazione potrà modificare le categorie e/o classi d'età e/o fasce di cintura,

Dotazioni generali:

Ogni atleta dovrà avere a disposizione una cintura **Rossa** e una **Blu**.



Sabato 23.02.2019 e Domenica 24.02.2019
TROFEO CITTA DI LERICI
JU JITSU
2 Tappa Ju Jitsu Challenge ACSI 2018/19



Protezioni:

BAMBINI E FANCIULLI : NON dovranno indossare alcuna protezione.

RAGAZZI : **Guantini paranocche e corpetto morbido per le ragazze** per le mani **Rossi o Blu** in accordo con la cintura.

ESORDIENTI : **paradenti e corpetto morbido per le ragazze** previsto dal regolamento vigente in FIJLKAM., **guantini paranocche** per le mani e **paratibie Rossi o Blu** in accordo con la cintura

Per **TUTTE** le altre categorie gli atleti dovranno indossare le protezioni indicate nel regolamento internazionale JJIF del colore della cintura, con le seguenti aggiunte e precisazioni:

Paradenti: FACOLTATIVO come previsto dal regolamento vigente in FIJLKAM.

Para-seno: OBBLIGATORIO per le atlete dalla categoria Esordienti come previsto dal vigente regolamento FIJLKAM

sospensorio: Consigliato ma non obbligatorio per i maschi.

Conchiglia: è VIETATA

Accompagnatori:

Ogni società sportiva dovrà nominare un numero sufficiente di accompagnatori ADULTI, in modo che ce ne sia UNO PER TATAMI con il compito di seguire gli atleti durante gli incontri ed un altro avrà la responsabilità della sorveglianza e della condotta di tutti i propri accompagnati non coinvolti direttamente negli incontri in corso, della loro PREPARAZIONE quando chiamati a prepararsi.

Qualora una società non disponesse di un numero sufficiente di accompagnatori disponibili, è consentito affidare il proprio gruppo di atleti all'accompagnatore di un'altra società sportiva.

VARIAZIONI, ESCLUSIONI ed ECCEZIONI
per Classi d'età al Regolamento Gara Internazionale JJIF:

Bambini: dal 5° al 7° anno (2013/2012/2011) PROPEDEUTICA ALLA COMPETIZIONE

Questo raggruppamento di età esegue una prova di combattimento solo in terza fase in pool da tre o quattro partecipanti (possibilmente della stessa età e con una minima differenza di peso) con girone all'italiana.

L'incontro sarà di 60 secondi effettivi, con Osaekomi da 6 a 9 secondi per il Wazaari e di 10 secondi per l'Ippon, questi punteggi sono solo indicativi per far capire al bambino le regole di gara.

Ad ogni Hajime i due atleti si troveranno uno di fronte l'altro, con un ginocchio a terra e con le prese impostate.

Le prove sono seguite sul tatami da solo una persona (con manicotti rosso e blu) ed un'altra al tavolo di giuria che le coordina. La persona sul tatami può essere un insegnante tecnico, una cintura nera o un arbitro e ha il compito di controllare che i piccoli atleti non si facciano male rispettando le regole.

Per la loro sicurezza è vietata la presa intorno al collo senza aver effettuato una presa sul judogi, ed inoltre è vietato squilibrare il compagno all'indietro per evitare problemi alla schiena o alle articolazioni. Qualsiasi lavoro sul collo o sulla colonna vertebrale e qualsiasi lavoro di torsione o leva sulle articolazioni.

Trattandosi di propedeutica alla competizione non ci saranno vincitori e perdenti e tutti i bambini saranno premiati allo stesso modo con una medaglia uguale.

Il combattimento termina prima del tempo regolamentare se uno dei due atleti guadagna due Ippon.

Fanciulli : dall' 8° e 9° anno (2010/2009) PROPEDEUTICA ALLA COMPETIZIONE

Come per i bambini con la differenza che la seconda fase è obbligatoria. Si parte con la presa fatta. In seconda fase sono vietate le proiezioni con la presa intorno al collo senza presa al bavero, tutti i sutemi waza, tecniche con presa alle gambe, tecniche con entrambe le ginocchia a terra.

Le proiezioni devono essere portate con controllo.

Il tempo di combattimento è di 90 secondi.



Sabato 23.02.2019 e Domenica 24.02.2019
TROFEO CITTA DI LERICI
JU JITSU
2 Tappa Ju Jitsu Challenge ACSI 2018/19



Trattandosi di propedeutica alla competizione non ci saranno vincitori e perdenti e tutti i bambini saranno premiati allo stesso modo con una medaglia uguale.

Ragazzi dal 10° al 11° anno di età (2008/2007) PROPEDEUTICA ALLA COMPETIZIONE

Nelle prove pratiche propedeutiche alle competizioni i ragazzi sono seguiti da tre persone sul tatami come da regolamento internazionale con manicotti rossi e blu che avranno il compito di controllare che i piccoli atleti non si facciano male rispettando il regolamento.

Come nelle prove di categorie inferiori i ragazzi verranno divisi in pool di tre o quattro persone.

Viene applicato il regolamento internazionale della JJIF con le seguenti eccezioni:

PRIMA FASE

I colpi in prima fase possono essere eseguiti solo con i pugni portati da sotto al collo fino alla cintura.

Sono vietati oltre ai colpi con le mani portati alla testa e al collo anche calci, leve e soffocamenti.

SECONDA e TERZA FASE

Vedi regolamento fanciulli.

Tempo di combattimento 2 minuti.

Trattandosi di propedeutica alla competizione non ci saranno vincitori e perdenti e tutti i bambini saranno premiati allo stesso modo con una medaglia uguale.

Esordienti A 12° anno di età (2005) Esordienti B 13° e 14 anno di età (2005 e 2004)

Viene applicato il regolamento internazionale della JJIF con le seguenti eccezioni:

Tempo di combattimento 2 minuti

Programma della gara di Settori (metodo Bianchi)
Sabato 23.02.2019 e Domenica 24.02.2019
Palazzetto dello Sport di Lerici (SP) Via F.Poggi 24

Domenica 24.02.2019

ORE 08.00 - 09.00 CONTROLLO ISCRIZIONI ESORDIENTI CADETTI JUNIOR SENIOR MASTER

ORE 09.00 - 09.30 RIUNIONE UFFICIALI DI GARA

ORE 09.30 INIZIO GARA

La gara è aperta ad atleti agonisti e non agonisti delle classi Esordienti, Cadetti, Junior, Senior e Master maschile e Esordienti, Cadetti, Junior, Senior e Master femminile.

La gara è individuale (Tori è l'atleta in gara)

Per ogni classe di età sono previste le seguenti fasce di cintura:

Prima fascia: da Bianca ad Arancio

Seconda fascia: da Verde a Nera

Deroghe alle categorie, classi o fasce:

Se necessario, quando possibile e in accordo con i rappresentanti di società, affinché gli atleti facciano il maggior numero di incontri possibile, l'organizzazione potrà modificare le categorie e/o classi d'età e/o fasce di cintura,

Svolgimento gara

I concorrenti dovranno prepararsi 5 tecniche di settore, scelte, fra le 10 dei vari programmi d'esame (come da regolamento Federale) da 1° a 5° Dan, dichiarandole già nel modulo d'iscrizione.

L'esecuzione delle tecniche avverrà seguendo la progressione alfabeto numerica.



Sabato 23.02.2019 e Domenica 24.02.2019
TROFEO CITTA DI LERICI
JU JITSU
2 Tappa Ju Jitsu Challenge ACSI 2018/19



Giudizio Arbitrale

Il giudizio sarà espresso da tre arbitri, che esprimeranno direttamente la preferenza rosso o blu; il direttore di tappeto proclamerà il vincitore in base al maggior numero delle preferenze ricevute. Prima dell'esecuzione, sarà consegnato dal responsabile di tavolo al direttore di tappeto l'elenco delle tecniche che dovranno essere eseguite dalle coppie presenti sul tatami.

Modalità di presentazione sul tappeto

Gli atleti dopo essere stati chiamati, si presenteranno sul tappeto indossando la cintura Rossa per il primo chiamato o Blu per il secondo chiamato, dopo aver fatto il saluto al Direttore di tappeto e allontanato l'atleta blu, saranno eseguite le cinque tecniche dichiarate dall'atleta rosso.

La valutazione degli arbitri verterà su:

- Corretta esecuzione della tecnica.
- Corretti principi del settore applicato.
- Forma (eleganza di movimento).
- Decisione.
- Giusta velocità.
- Kiai adeguato.

Tempo massimo di esecuzione 1 minuti. (all'ajime dell'arbitro parte il cronometro)

Al termine eseguirà le tecniche dichiarate l'atleta Blu

Iscrizioni stage e gara:

La quota di iscrizione di ogni atleta alla gara è di:

€ 25,00	partecipazione allo stage di Judo e di Jujitsu
€ 15,00	partecipazione allo stage di Judo e di Jujitsu per gli atleti iscritti anche in gara
€ 10,00	per le categorie Bambini e Fanciulli fighting system
€ 15,00	per tutti gli altri atleti partecipanti gara di fighting system
€ 15,00	per ogni atleta gara di Settori (metodo Bianchi)

Le quote dovranno essere versate sul luogo di gara.

Inviare il modulo di iscrizione allegato entro e non oltre il 17/02/2019, all'indirizzo e-mail:

acsijujitsu@gmail.com

Per gli atleti indicati nel modulo di iscrizione che non si presentano in gara, la Società di appartenenza dovrà comunque pagare le relative quote di iscrizione se non avverte l'organizzazione entro venerdì 22/02/2019

Si prega di usare solo ed esclusivamente l'indirizzo email indicato evitando SMS e WhatsApp onde limitare la possibilità di disguidi

INFORMAZIONI

M° GIANLUCA NIRCHIO 3385259355 – M° ALESSANDRO GIORGI 3351041727
U.G. AUGUSTO PEGHINI 3494708386



Sabato 23.02.2019 e Domenica 24.02.2019
TROFEO CITTA DI LERICI
JU JITSU
2 Tappa Ju Jitsu Challenge ACSI 2018/19



INDICAZIONI SOLUZIONI ALBERGHIERE E SOGGIORNO

Affittacamare

A Lerici

LA BAI A DI LERICI: Vicolo Migliorini 12 - Cell. 334 7194237
LA MATTA GATTA: Località Le Sare 21 - Cell. 334 2937377
IN PIAZZETTA DA VASCO: Piazza Mottino 9 - Cell. 347 0481635/393 5896036
PANORAMIC: Via Carbognano 25 - 0187 967677/0187 967272/967192
PRIMAFILA: Via Roma 2 - cell. 338 9708097
VITTORIA: Via Mazzini - tel. 0187 967578
NONNA GABRI: Loc. Narbostro 10, tel. 338/1199883
IL CAPITANO: Via Gerini 114, Tel. 329/0206728
IL GIARDINO DI NINA: Via Petriccioli, I traversa n. 21 - cell. 333/4559598

A San Terenzo

LA PETITE MAISON DI LERICI: Via Garibaldi 60 - Tel. 0187 970592 Cell. 335 6692848
STELLA: Via Mantegazza 7 - Tel. 0187 972066
LA LONCANDA DEL SOLE NERO: Via Garibaldi 12 - Tel. 0187 972162 - cell. 340 8135970
IL PELLEGRINO: Via Garibaldi Il trav. 34 - Tel. 0187.972987 Cell. 329 6542208
MIRAMARE: Viale della Vittoria Il trav. 2 - Cell. 339 69522489
VILLA SCHELLEY: Via Mantegazza, 3 - Tel. 0187/722345
RIVAMARE: Via XX Settembre, 41 - cell. 347/1901564

A Tellaro

IL GAMBERO NERO: Via Fiascherino 106 - Tel. 0187 965731
I TETTI SUL MARE: Via Fiascherino 30 - Tel. 0187 966958
LE SIRENE: Via Fiascherino 47 - Cell. 380 6457655
IL DELFINO: Via Fiascherino 57, tel. 328/1047989
IL GIARDINO SEGRETO: Via Fiascherino, 1 ^ trav. n. 6 - cell. 393/9252545 – 380/1731249

A La Serra

I LECCI: Loc. Monti Branzi Rocchetta - Tel. 0187 967089/0187 969186
LA TATA: Via Tanca 22 - Tel. 0187 969211 Cell. 338 4205047
VENTI DAL MARE: Via Garibaldi, 19 - Cell. 339 7882341

A Pugliola

BENVENUTI A TEATRO: Loc. Guercio I Traversa - cell. 320 2357926
IL GIARDINO DELLE FARFALLE: Loc. Monti San Lorenzo, 8 - Cell. 335 7906879 Cell. 335 423662 Fax 0187 988735
IL BELVEDERE: Via D. Carro 22 - Cell. 349 6199806

A Pozzuolo

CA' DI ALE: Via Pozzuolo, n. 3 - Cell. 340/3292350

Agriturismo

GALLERANI: Loc. Zanego 5, La Serra - Tel. 0187 964057
LA ROSA CANINA: Loc. Monti Branzi 15 - Tel. 0187 966719
PIAN DELLA CHIESA: Loc. Zanego - Cell. 348 2519544
OCA NERA: Loc. Monti di S. Lorenzo - Cell. 335 372474
LA PECORA NERA: Via della Fontana 3 La Serra - Tel. 0187 974800

Alberghi e pensioni

A Lerici

PICCOLO HOTEL DEL LIDO **** Via Biaggini 24 - Tel. 0187 968159
ART HOTEL SHELLEY E DELLE PALME *** Via Biaggini 5 - Tel. 0187 968204/05 - Fax. 0187 964271
BYRON *** Via Biaggini 19 - Tel. 0187 967104 Fax. 0187 967409
DEL GOLFO *** Via Gerini 37 - Tel. 0187 967400 Fax 0187 965733
DORIA PARK HOTEL *** Via Carpanini 9 - Tel. 0187 967124 Fax 0187 966459 Numero verde: 800415117
EUROPA GRAND HOTEL *** Via Carpanini 1 - Tel. 0187 967800/968632 Fax. 0187 965957
FLORIDA LERICI *** Via Biaggini 35 - Tel. 0187 967332 Fax. 0187 967344
ITALIA *** Via Carbognano 19 - Tel. 0187 967272/967192 Fax. 0187 964401
VENERE AZZURRA *** Via Biaggini 29 – Tel. 0187 965334 Fax. 0187 966107



Sabato 23.02.2019 e Domenica 24.02.2019
TROFEO CITTA DI LERICI
JU JITSU
2 Tappa Ju Jitsu Challenge ACSI 2018/19



A San Terenzo

SAN TEREZNO **** Via Biaggini 42 - Tel. 0187 972469
STELLA MARINA *** Via Garibaldi 48 - Tel. 0187 970355 Fax. 0187 913503
EMILIANO ** Via Garibaldi 40 - Tel. 0187 970592 Fax. 0187 913212 Cell. 335 6692848
IL GIGLIO ** Via Garibaldi 16 - Tel. 0187 970805 Fax. 0187 97452
PINO ** Via Garibaldi 12 - Tel./Fax. 0187 970595
NETTUNO ** Via Mantegazza 1 - Tel. 0187 971093
TRIESTE * - Via Mantegazza 13 - Tel. 0187 970610

A Tellaro

LOCANDA ECO DEL MARE **** Località Maramozza 4 - Tel. 0187 968609 Fax. 0187 96423
BLUELINE (già Villa Maria Grazia) *** Loc. Fiascherino 7 - Tel. 0187 964392
CRISTALLO *** Via Fiascherino 158 - Tel. 0187 967291 Fax. 0187 964269
FIASCHERINO *** Via Byron 13 - Tel. 0187 966032/942712 Fax. 0187 964580
LOCANDA IL SENATORE ** Via Byron 11 - Tel. 0187 967236 Cell. 338 8366421/333 8079934
IL NIDO *** Via Fiascherino 75 - Tel. 0187 967286/964593 Fax. 0187 964617
MIRANDA *** Via Fiascherino 92 - Tel. 0187 964012/968130 Fax. 0187 964032
ROSA DEI VENTI *** Via Fiascherino 150 - Tel. 0187 966010
MIRAMARE ** Via Fiascherino 22 - Tel. 0187 967589 Fax. 0187 966534
DELLE ONDINE * Piazza Figoli 18 - Tel. 0187 965131

Bed & Breakfast

A Lerici

AL GIARDINO: Via XX Settembre 30 - Cell. 347 2615409
CA DO' RO: Vicolo Carosini 7 - Cell. 333 9112822
LE PETIT PRINCE: Via della Repubblica, 23 - cell. 328/0975648

A San Terenzo

CASSANDRA: Viale della Vittoria Il trav. 3 - Tel. 0187 972781 Cell. 320 0840896
IL NIDO: Via Azzarini 46 - Cell. 329 9724145
CARMELA: Via Garibaldi 13 - cell. 349/8689967

A La Serra

ANTICO GLICINE: Loc. Catene 19 - Cell. 346 7542474
DA SONIA: Loc. Zanego 13 - Tel. 0187 968289 Cell. 339 4513259
LE CODINE: Loc. Codine 14 - Tel. 0187 840471 Cell. 331 8865953

A Pugliola

CAMERA BELLAVISTA: Loc. Narbostro 2 - Cell. 335 5345678
LE PICCOLE COSE: Loc. Guercio Colomba 5 - Cell. 347 0521246
DA MARCELLO: Via D. Carro 28 - Tel. 0187 968815 Cell. 338 5280310
I GATTI: Via D. Carro 15 - Tel. 0187 966590 Cell. 335 5219129
I GIRASOLI: Loc. Guercio 17 - Tel. 0187 964838/0187 969283 - Cell. 338 1245152
LA STELLA MARINA: Via Gattoronchieri 52 - Cell. 339 6881833
LA TERRAZZA: Via D. Carro 19 - Tel. 0187 965172 Cell. 338 6294185
CASALE DEL SOLE: Loc. Barcola 32 - Cell. 333 1748161
I GLICINI: Via Rinaldi 74 - Tel. 0187 974001 Cell. 339 3257409

A Pozzuolo

DAL PESCATORE: Loc. Pozzuolo 25 - Cell. 348 3169369
IL MARE NEL BOSCO: Via Montegrosso 3, Loc. Canarbino - Cell. 335 6856339
LA CASTELLANA: Via Montegrosso 5, Loc. Canarbino - Tel. 0187 971526 Cell. 349 1117864/339 1868649
AL LIZZO: Loc. Tre strade 5 - Tel. 0187 970308 Cell. 348 7742006

Al Senato

AMBARABA': Loc. Senato 36 - Tel. 0187 918865 Cell. 393 2408282

A Solaro

GOLFO DEI POETI: Via Militare 64 - Tel. 0187 971083 Cell. 339 8907720

A Tellaro

MARE DI STELLE: Via Fiascherino trav. V n. 5 - Cell. 328 4719658
TRIGLIANO: Via Fiascherino 55 - Cell. 328 1047989
LA BAIJA DI FIASCHERINO: Via Fiascherino 112 - Cell. 338 555610 - 331 2895003



Sabato 23.02.2019 e Domenica 24.02.2019
TROFEO CITTA DI LERICI
JU JITSU
2 Tappa Ju Jitsu Challenge ACSI 2018/19



Ristoranti in Lerici

- Ciccillo a mare - Spiaggia S. Giorgio - Tel. 0187 968191
- La Calata - Calata Mazzini 4 - Tel. 0187 967143
- Bontà Nascoste - Via Cavour 52 - Tel. 0187 965500 / Cell. 339 7025849
- La Gerla- Via Petriccioli 4 - Tel. 0187 968291
- Ristorante-Pizzeria "Il Cantiere"- Via Roma 56 - Tel. 0187 966913
- Ristorante Hotel Del Golfo - Via Gerini 37 - Tel. 0187 967400
- Paolino - Via Gerini 50 - Tel./Fax 0187 967801 / Cell. 338 3687637
- Il Golf Lerici -Loc. la Vallta (Venere Azzurra) - Tel. 339 6572902
- Italia - Via Carbognano 19 - Tel. 0187 967272
- Luisa - Piazza Mottino 5 - Tel. 0187 967485
- Ristorante pizzeria "Follia" - Via Marconi 6 - tel. 0187.964760
- Conchiglia - Via Vespucci 3 - Tel. 0187 967334
- Dei Pescatori - Scalinata Doria - Tel. 0187 965534
- Ristorante del Molo - Calata Mazzini 14 - Tel. 0187 968612
- Golfo dei Poeti - Calata Mazzini 18 - Tel. 0187 967414
- Il Cantiere - Via Garibaldi 26 - Tel. 0187 967300
- Il Frantoio e il Frantoio - Via Cavour 21 - Tel. 0187 964174
- Le Vele - Piazza Garibaldi 8 - 0187 965370
- Vecchia Lerici e Osteria del Ghetto - Piazza Mottino 10 - Tel. 0187 967597
- Europa - Via Carpanini 1 - Tel. 0187 967800/968632
- Jerì - Calata Mazzini 20 - Tel. 0187 967605
- En Tragià - Salita Canata 2 - Tel. 0187 966056
- Il Giogo - Via Petriccioli 44 - Tel. 0187 967896
- L'Osteria del Mare - Via Tra il campanile 2 - Tel. 0187 974074
- Il Fagolo - Via Giacobello 1 - tel. 0187965464
- Ristorante Glam - Calata Mazzini 18 - 0187 966796 - 3335210521

Ristoranti in San Terenzo

- Da ò Sio Gian - Via Trogu 42 - Tel. 0187 970401
- Nettuno- Via P. Mantegazza - Tel. 0187 971093
- Fuoco e Fiamme - Piazza Meneghetti 2 - Tel. 0187 971212
- La locanda del sole nero - Via Garibaldi 14 - Tel. 0187 972162
- Trieste- Via Mantegazza - Tel. 0187 970610
- La Palmira - Via Trogu 13 - Tel. 0187 971094
- Stralunà- Via Mantegazza 6 (lungomare) - Tel. 0187 972733
- L'Osteria da SaBea - Via XX Settembre 7 - Tel. 0187 972829
- Baia Blu- Loc. Baia Blu - Tel. 0187 970454
- Il Giglio - Via Garibaldi 16 - Tel. 0187 970805
- Piccolo Mondo - Via Mecconi - Tel. 0187 972791

Il Settore Ju Jitsu ACSI organizza



Sabato 23.02.2019 e Domenica 24.02.2019
TROFEO CITTA DI LERICI
JU JITSU
2 Tappa Ju Jitsu Challenge ACSI 2018/19



- La Griglia - Via Meneghetti 14 - Tel. 0187 970665
- La Fermata - Via P. Ferro 38 - Tel. 0187 560834
- C'era una volta - Via Cavallotti 3 - Tel. 0187 971382 - Cell.3315072680
- Ristorante "Cristobal" - stabilimento "Colombo" - Via Biagini 2 - Tel. 0187.972557

Ristoranti in Tellaro, La Serra e dintorni

- Fiascherino- Via Byron - Tel. 0187 966032
- Il Cristallo - Via Fiascherino 75 - Tel. 0187 967291
- Il Delfino - Via Fiascherino 104 - Tel. 0187 964050
- Il Senatore - Via Byron 13 - Tel. 0187 967236
- La Rosa dei Venti - Via Fiascherino 150 - Tel. 0187 965169
- Il Gambero Nero - Via Fiascherino 108 - Tel. 0187 965731
- Eco del Mare - Loc. Maramozza 4 - Tel. 0187 968609
- Cavalluccio Marino - Loc. Camisano n. 5 Senato di Lerici - Tel. 0187 988802
- La Brace - Loc. Zanego - Tel. 0187 966952
- La Caletta - Via Fiascherino - Tel. 0187 964000
- La Miranda - Via Fiascherino 92 - Tel. 0187 968130
- Lupo di mare - Piazza Figoli - Tel. 0187 968546
- L'orto di Ameste - Via Casamento 18 - tel. 0187 964628 cell. 339 8543494
- Miramare - Via Fiascherino 22 - Tel. 0187 967589
- Osteria di Redarca - Loc. Redarca 6 Monte Rocchetta - tel 0187 966140
- La Gritta - P.zza Figoli 3 - Tel. 0187 966100