



Altri Corsi

LIGHT CONTACT						
ORARI	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	
19.00-20.00	LIGHT CONTACT		LIGHT CONTACT		LIGHT CONTACT	
20.00-21.00	LIGHT CONTACT		LIGHT CONTACT		LIGHT CONTACT	
21.00-22.00	TECNICHE DI PUGILATO		TECNICHE DI PUGILATO		TECNICHE DI PUGILATO	
KARATE						
ORARI	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	
17.15-18.00		AVVIAMENTO KARATE		AVVIAMENTO KARATE		
18.00-19.00		KARATE KIDS		KARATE KIDS	KARATE KIDS	
19.00-20.15		KARATEADULTI		KARATEADULTI	KARATEADULTI	
17.00-18.00		KICKBOXING - RAGAZZI		KICKBOXING - RAGAZZI	KICKBOXING - RAGAZZI	
20.30-21.30		KICKBOXING - ADULTI		KICKBOXING - ADULTI	KICKBOXING - ADULTI	

TAEKWONDO						
ORARI	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
17.00-18.00	TAEKWONDO 1	TAEKWONDO 2	TAEKWONDO 1	TAEKWONDO 2	TAEKWONDO 1	TAEKWONDO 2 16.00-17.00
20.00-21.30	TAEKWONDO ADULTI				TAEKWONDO ADULTI	
GINNASTICA PER TUTTI (DOLCE)						
ORARI	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
09.00-10.00	DEBORA		DEBORA		DEBORA	
16.00-17.00	RAFFAELE		RAFFAELE		RAFFAELE	
GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE (METODO POSTURALE)						
MARTEDI 08.30-09.30 DANILA			GIOVEDI 08.30 - 09.30 DANILA			
GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE (GYROKINESIS)						
MARTEDI E GIOVEDI - 19:15 - 20:15						
GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE (METODO PILATES)						
ORARI	LUNEDI		MERCOLEDI		VENERDI	SABATO
CORSO MATTINA - 10.00-11.00	DEBORA		DEBORA		DEBORA	
CORSO POMERIDIANO - 18.00-19.00	MARIA		MARIA		MARIA	
CORSO SERALE - 19.00-20.00	MARIA		MARIA		MARIA	