



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	
KARATE						
ORARI	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	
17.15-18.00		KARATE BABY		KARATE BABY		
18.00-19.00		KARATE RAGAZZI		KARATE RAGAZZI	KARATE RAGAZZI	
19.00-20.15		KARATEADULTI		KARATEADULTI	KARATEADULTI	
		MARTEDI		GIOVEDI	VENERDI	
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 BAMBINI/RAGAZZI	TAEKWONDO BAMBINI/RAGAZZI	TAEKWONDO BAMBINI/RAGAZZI	TAEKWONDO BAMBINI/RAGAZZI	TAEKWONDO BAMBINI/RAGAZZI	TAEKWONDO BAMBINI/RAGAZZI 16.00-17.00

20.00-21.30	TAEKWONDO ADULTI				TAEKWONDO ADULTI	
GINNASTICA PER TUTTI (DOLCE) STRETCHING						
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			
GYROKINESIS - GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE			MARTEDI 19.15 - 20.15 LUCIA		GIOVEDI 19.15 - 20.15 LUCIA	
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	RAFFAELE		RAFFAELE		RAFFAELE	
CORSO SERALE - 19.00 - 20.00	RAFFAELE		RAFFAELE		RAFFAELE	