



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 E KICKBOXING						
ORARI	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	
17.00-18.00		AVVIAMENTO KARATE		AVVIAMENTO KARATE		
18.00-19.00		KARATE KIDS		KARATE KIDS	KARATE KIDS	
19.00-20.15		KARATE ADULTI		KARATE ADULTI	KARATE ADULTI	
17.00 – 18.00		KICK BOXING – RAGAZZI		KICK BOXING - RAGAZZI	KICK BOXING - RAGAZZI	
20.30 – 21. 30		KICK BOXING - ADULTI		KICK BOXING - ADULTI	KICK BOXING – ADULTI	
KARATE SPORTIVO AGONISTICO PER ORARI E COSTI RIVOLGERSI IN SEGRETERIA						
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	DOMINIQUE		DOMINIQUE		DOMINIQUE	
GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE: POSTURALE						
MARTEDI 08.30-09.30 DANILA			GIOVEDI 08.30 - 09.30 DANILA			
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	DOMINIQUE		DOMINIQUE		DOMINIQUE	
CORSO SERALE - 19.00 - 20.00	DOMINIQUE		DOMINIQUE		DOMINIQUE	

GYROKINESIS – GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE

MARTEDI 19.15/20.15 LUCIA	GIOVEDI 19:15/20.15 LUCIA	
---------------------------	---------------------------	--