

ORARI CORSI 2019/2020	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
CORSI DI GINNASTICA					
PROPEDEUTICA 1 dai 3 ai 5 anni		17.00 / 18.00		17.00 / 18.00	
PROPEDEUTICA 2 dai 6 ai 10 anni		18.00 / 19.00		18.00 / 19.00	
PROPEDEUTICA 3 dagli 11 anni		18.00 / 19.30		18.00 / 19.30	
GINNASTICA RITMICA 1° CORSO		17.00 / 18.00		17.00 / 18.00	
GINNASTICA RITMICA 2° CORSO		18.00 / 19.00		18.00 / 19.00	
GINNASTICA DOLCE PER ADULTI		10.00 / 11.00		10.00 / 11.00	
GINNASTICA ACROBATICA		20.00 / 22.00		20.00 / 22.00	
PARKOUR GYM	20.30 / 22.00		20.30 / 22.00		
CORSI FITNESS & WELLNESS					
PALESTRA FITNESS		09.00 / 13.00		09.00 / 13.00	
	17.00 / 20.30	18.00 / 20.30	17.00 / 20.30	18.00 / 20.30	17.00 / 20.30
AFA - STRETCHING / GINN.POSTURALE	18:00 / 19:00		18:00 / 19:00		18:00 / 19:00
CIRCUIT GIOVANI	18:00/19:00		18:00/19:00		18:00/19:00
CIRCUIT TRAINING	TUTTE LE SERE DALLE 20.00 ALLE 21.00				
		9:00/10:00		9:00/10:00	
		17:45/18:45		17:45/18:45	
GINNASTICA DI MANTENIMENTO ADULTI E ANZIANI	19.00 / 20.00	19.00 / 20.00		19.00 / 20.00	
FUNCTIONAL TRAINING	TUTTE LE SERE DALLE 20.00 ALLE 21.00				
		9:00/10:00		9:00/10:00	
YOGA		13:00/14:00		13:00/14:00	
CORSI WELLNESS LAURA	FOGLIO ORARI LAURA				
CORSI DI DANZA					
DANZA CLASSICA BABY dai 4 a 8 anni			17.00 / 18.00		17.00 / 18.00
DANZA CLASSICA dai 9 ai 11 anni			18.00 / 19.30		18.00 / 19.30
DANZA CLASSICA dai 12 anni			18.45 / 20.00		18.45 / 20.00
DANZA MODERNA dai 4 ai 6 anni			17.00 / 18.00		
DANZA MODERNA dai 7 ai 10 anni			18.00 / 19.00		
DANZA MODERNA dagli 11 ai 15 anni			19.00 / 20.00		
DANZA MODERNA dai 16 anni			20.00/21.00		
HIP-HOP dai 5 ai 6 anni		17:00/18:00		17:00/18:00	
HIP-HOP dai 7 ai 12 anni		18.00 / 19.00		18.00 / 19.00	
HIP-HOP dai 13 anni		19.00 / 20.00		19.00 / 20.00	
MODERN MUSICAL dai 4 ai 6 anni	17.00 / 18.00				
MODERN MUSICAL dai 7 ai 10 anni	18.00 / 19.00				
MODERN MUSICAL dagli 11 ai 15 anni	19.00 / 20.00				
MODERN MUSICAL dai 16 anni	20.00/21.00				
CORSI ARTI MARZIALI					
KARATE cinture bianche	17.00 / 18.00		17.00 / 18.00		
KARATE (gia/ara/ver/blu)	18.00 / 19.00		18.00 / 19.00		
KARATE marroni/nere	19.00 / 20.00		19.00 / 20.00		
KARATE ADULTI	20.00 / 21.00		20.00 / 21.00		
AIKIDO	20.30/22.30				19.30/21.30
AIKIDO JUNIOR (6-10 anni)					17.00/18.00
JUJITSU	20.00/21.30		20.00/21.30		
BRAZILIAN JU JITSU		19.30/21.00	20.00 / 21.30	19.30/21.00	
BOXE JUNIOR		17.50/18.50		17.50/18.50	
BOXE 1° TURNO	18.00/19.00		18.00 / 19.00		18.00 / 19.00
BOXE 2° TURNO	19.00 / 20.00		19.00 / 20.00		19.00 / 20.00
BOXE 3° TURNO	20.00 / 21.00		20.00 / 21.00		20.00 / 21.00
KRAV MAGA	20.30 / 22.30				
JUJITSU SELF DEFENCE				19:00/20:30	
ARRAMPICATA SPORTIVA JUNIOR			19.30 / 20:30		
ARRAMPICATA SPORTIVA			20.30 / 22.30		