

TABELLA CORSI E ORARI

Disciplina	Specifica	Giorni	Orari	Note
ARTI MARZIALI BAMBINI	8-11 anni (avanzati)	Lunedì	17.00 - 18.00
	6-8 anni	Martedì	17.00 - 18.00
	8-10 anni	Mercoledì	17.00 - 18.00
	8-11 anni (avanzati)	Giovedì	17.00 - 18.00
	8-10 anni	Venerdì	17.00 - 18.00
BOXE		Martedì	19.00 - 20.00
		Mercoledì	19.00 - 20.00
		Venerdì	19.00 - 20.00
BRAZILIAN JIU JITSU		Martedì	20.00 - 21.00
		Venerdì	20.00 - 21.00
DIFESA PERSONALE		Mercoledì	19.00 - 20.00
FUNCTIONAL TRAINING		Lunedì	18.00 - 19.00
		Lunedì	19.00 - 20.00
		Lunedì	20.00 - 21.00
	Corso Femminile	Martedì	19.00 - 20.00
		Giovedì	18.00 - 19.00
		Giovedì	19.00 - 20.00
		Giovedì	20.00 - 21.00
	Corso Femminile	Venerdì	19.00 - 20.00
		Sabato	11.00 - 12.00
GRAPPLING / BRAZILIAN		Lunedì	21.00 - 22.00
		Mercoledì	18.00 - 19.00
		Giovedì	21.00 - 22.00

SU RICHIESTA SI EFFETTUANO CORSI PERSONALIZZATI PER TUTTE LE DISCIPLINE CON PERSONAL TRAINER.

Disciplina	Specifica	Giorni	Orari	Note
KICK BOXING	Scuole medie / sup.	Lunedì	17.00 - 18.00
	Adulti	Lunedì	20.00 - 21.00
	Corso unico	Martedì	12.30 - 13.30
	Scuole superiori	Martedì	18.00 - 19.00
	Scuole medie / sup.	Giovedì	17.00 - 18.00
	Adulti	Giovedì	20.00 - 21.00
	Corso unico	Venerdì	12.30 - 13.30
	Scuole superiori	Venerdì	18.00 - 19.00
KICK BOXING FEMM.	Avanzato	Martedì	20.15 - 21.15
	Principianti	Mercoledì	20.00 - 21.00
	Avanzato	Venerdì	20.15 - 21.15
	Principianti	Sabato	10.00 - 11.00
MMA	Scuole superiori	Lunedì	18.00 - 19.00
	Principianti	Lunedì	20.00 - 21.30
	Femminile juniores	Martedì	18.00 - 19.00
	Scuole superiori	Giovedì	18.00 - 19.00
	Corso intermedio	Giovedì	19.00 - 20.00
	Principianti	Giovedì	20.00 - 21.30
	Femminile juniores	Venerdì	18.00 - 19.00
YOSEIKAN SPORT - MMA	Adulti tutti i livelli	Lunedì	19.00 - 20.00
	Adulti tutti i livelli	Giovedì	19.00 - 20.00
YOSEIKAN BUDO	Adulti tutti i livelli	Mercoledì	19.00 - 20.00