

SCUOLA DI ARTI MARZIALI E SPORT DA COMBATTIMENTO

PLANET 1	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
16:00 17:00					BOXE Bambini ★ 6/11 Anni
17:00 18:00	KARATE Bimbi ★ 5/10 anni	16:45/17:45 ★ JUDO Bambini 4/7 Anni	KARATE Bimbi ★ 5/10 anni	16:45/17:45 ★ JUDO Bambini 4/7 Anni	KICK BOXING ★ 11/16 Anni
18:00 19:00	18:00/19:15 ★ BOXE Adulti OUTDOOR Antonio	KARATE Ragazzi ★ 11/16 Anni		KARATE Ragazzi ★ 11/16 Anni	
19:00 20:00		19:00/20:15 ★ BOXE Adulti Amatori - Agonisti		19:00/20:15 ★ BOXE Adulti Amatori - Agonisti	
20:00 21:00	KARATE ★ Adulti Intermedi - Avanzati	20:15/21:15 ★ DIFESA PERSONALE Ju Jitsu Moderno Principianti-Avanzati	KARATE ★ Adulti Intermedi - Avanzati	20:15/21:15 ★ DIFESA PERSONALE Ju Jitsu Moderno Principianti-Avanzati	BOXE Adulti ★ Amatori - Agonisti
21:00 22:00	KARATE Adulti ★ Maestri		KARATE Adulti ★ Principianti		

PLANET 2	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
17:00 18:00	BOXE ★ Ragazzi 12/16 Anni		BOXE ★ Ragazzi 12/16 Anni		19:30/20:00 ★ BOXE Adulti Amatori - Agonisti	

PLANET 3	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
17:00 18:00	17:30/18:30 ★ JUDO Ragazzi 8/12 Anni	BOXE Bambini ★ 6/11 Anni	KICK BOXING ★ 11/16 Anni	16:50/17:45 ★ CAPOEIRA BAMBINI 3/5 Anni Motricità NEW	CAPOEIRA BAMBINI ★ 6/9 Anni Principianti	
18:00 19:00	18:30/20:00 ★ JUDO Adulti		18:00/19:15 ★ CAPOEIRA RAGAZZI e ADULTI Intermedi/Avanzati	17:45/18:45 ★ JUDO Ragazzi 8/12 Anni	18:00/19:15 ★ CAPOEIRA BAMBINI E RAGAZZI 6/12 Anni Multilivello	
20:00 21:00	20:00/21:30 ★ KRAV MAGA Adulti			20:10/21:40 ★ KRAV MAGA Adulti	19:30/21:00 ★ JUDO Adulti	