

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	<u>16:45/17:45</u> ★ JUDO Bambini 4/7 Anni	KARATE Bimbi ★ 5/10 anni	<u>16:45/17:45</u> ★ JUDO Bambini 4/7 Anni	KICK BOXING ★ 11/16 Anni
18:00 19:00	<u>18:00/19:15</u> ★ BOXE Adulti OUTDOOR Antonio	KARATE Ragazzi ★ 11/16 Anni		KARATE Ragazzi ★ 11/16 Anni	
19:00 20:00		<u>19:00/20:15</u> ★ BOXE Adulti Amatori - Agonisti		<u>19:00/20:15</u> ★ BOXE Adulti Amatori - Agonisti	
20:00 21:00	KARATE ★ Adulti Intermedi - Avanzati	<u>20:15/21:15</u> ★ DIFESA PERSONALE Ju Jitsu Moderno Principianti-Avanzati	KARATE ★ Adulti Intermedi - Avanzati	<u>20:15/21:15</u> ★ 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		<u>19:30/20:00</u> ★ BOXE Adulti Amatori - Agonisti	

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