PALESTRA MAGNO - Via dei Buccheri (Piazzale Porsenna) - S.Barbara - Viterbo - Alessio 328.9095544 - Pino 334.1738948 - Silvia 348.0450873

Mail: magnoalessio80@gmail.com

ORARI CORSI SETTEMBRE 2024 - AGOSTO 2025

Orari	---------- Lunedi----------			---------- Martedi----------			---------- Mercoledi----------			---------- Giovedi----------			----------Venerdi----------			Sabato	Domenica
	SOLE 1	LUNA 2	STELLA 3	SOLE 1	LUNA 2	STELLA 3	SOLE 1	LUNA 2	STELLA 3	SOLE 1	LUNA 2	STELLA 3	SOLE 1	LUNA 2	STELLA 3	STELLA 3	STELLA 3
08.00 09:00																	
------	Stretching Pilates Posturale 09:15 - 10:15						Stretching Pilates Posturale 09:15 - 10:15						Pilates Barre 09:30 - 10:20			SPINNING 15:00 - 16:00	SPINNING 10:15 - 11:15 Facoltativa
------																	
------					CERCHIO AEREO 10:30 - 11:30						TESSUTI AEREI 10:45 - 11:45 PRINCIPIANTI					SALA LUNA	
------					CERCHIO AEREO 11:30 - 12:30						TESSUTI AEREI 11:45 - 12:45 INTERMEDIO					CERCHIO/TESSUTI ADULTI 10:30 - 12:30	
12:00 13:00																	
13:00 14:00			SPINNING 13:30-14:30						SPINNING 13:30-14:30								
14:00 15:00																	
15:00 16:00	Danza Clsssica PROPEDEUTICA 15:00 - 16:00																
------	Danza Classica a terra e Sbarra 16:00 - 17:00			DANZA CLASSICA PUNTE 16:00 - 17:00	CERCHIO AEREO KIDS 5-8 ANNI 16:00 - 17:00	PILATES/POSTUR RAGAZZI 16:30-17:20			TESSUTO AEREO 16:00-17:00	MODERN VIDEO DANCE 8-12 16:00 -17:00	TESSUTO/CERCHIO KIDS 5-8 ANNI 16:00-17:00	RAGAZZI SPECIALI 16:00 17:00					
------	POSTURALE 17:00 - 18:00	JUDO 4-10 17:00 - 18:00	KARATE 4-6 17:00 - 18:00	Stretching Pilates Posturale 17:30-18:30	CERCHIO AEREO TEEN 9-14 ANNI 17:00 - 18:00		POSTURALE 17:00 - 18:00		TESSUTO AEREO 17:00 - 18:00	Stretching Pilates Posturale 17:30-18:30	TESSUTO AEREI TEEN 9-14 ANNI 17:00 - 18:00	HIP HOP 17:15 - 18:15	POSTURALE 17:00 - 18:00	KARATE 4-6 17:00 - 18:00			
------	ZUMBA 18:00-19:00	JUJITSU 5-9 18:00-19:00	KARATE 7-10 18:00 - 19:00		JUDO 4-10 18:00-19:30		ZUMBA 18:00-19:00	JUJITSU 5-9 18:00-19:00	TESSUTO AEREO 18:00 - 19:00		JUDO 4-10 18:00-19:30		KARATE 7-10 18:00 - 19:00	JUJITSU 5-9 18:00-19:00	ZUMBA 18:00-19:00		
------	TOTAL BODY 19:00-20:00	JUJITSU 9-14 19:00-20:00	KARATE 11 + 19:00 - 20:00	MODERN RAGAZZ PRINCIP. 18:30 - 19:30		SPINNING 19:30 - 20:30	TOTAL BODY 19:00-20:00	JUJITSU 9-14 19:00-20:00	CAPOEIRA 19:30-20:30	MODERN RAGAZZ PRINCIP. 18:30 - 19:30		SPINNING 19:30 - 20:30	KARATE 11+ 19:00 - 20:00	JUJITSU 9-14 19:00-20:00	TOTAL BODY 19:00-20:00		
------	CAPOEIRA 20:15-21:15	JUJITSU 14+ 20:00-21.00		MODERN VIDEO DANCE AVANZATE 19:30 - 21:00	CERCHIO AEREO ADULTI PRINCIP. 19:30 - 20:30		SALSA/ BACHATA 20:30-22:00 principianti 22:00-23:30 Intermedio	JUJITSU 14+ 20:00-21.00		MODERN VIDEO DANCE AVANZATE 19:30 - 21:00	TESSUTO AEREI ADULTI 19:30 - 20:30		COUNTRY DANCE 20:30 -22:00	JUJITSU 14+ 20:00-21.00			
------					CERCHIO AEREO ADULTI INTERM. 20:30 - 21:30												