

**NUOVI ORARI 2011 - 2012 Corsi di Fitness e Corpo Libero**

Disciplina	Giornate e Orari		Inizio Corsi
Ginnastica Dolce: Sabina	Martedì e Venerdì		13 settembre
Pilates mattina: Sabina	Lunedì Mercoledì		12 settembre
Pilates Pomeriggio: Sabina	Mercoledì Venerdì		14 settembre
Pilates Sera: Debora	Lunedì 19:00 - 20:00	Giovedì 18:00 - 19:00	12 settembre
Gym Tonic: Anna	Lunedì, Venerdì		12 settembre
Kettlebell Training: Livio	Mercoledì - Venerdì		14 settembre
Boxe Music: David	Lunedì e Giovedì 18:00-19:00	Sabato 10:00-11:00	12 settembre
Body Tonic: Alejandra	Martedì e Giovedì		13 settembre
Ginnastica Medica: Elena	Lunedì e Giovedì		12 settembre
Ginnastica Medica: Elena	Martedì e Venerdì		13 settembre
Zumba: Petra	Mercoledì 17:00 - 18:00	Sabato 11:00 - 12:00	27 Ottobre
	Giovedì 20:15 - 21:15		

**Corsi di Ballo**

Disciplina	Giornate e Orari		Inizio corsi
Danza del Ventre: Patrizia	Martedì - Giovedì		12 settembre
Danza del Ventre: Patrizia principianti	Lunedì		12 settembre
Break Dance: Sandro	Martedì		13 settembre
Hip Hop: Denise Grandi	Giovedì		14 settembre
Hip Hop: Denise Piccoli	Giovedì		14 settembre
Hip Hop: Denise Grandi	Venerdì		14 settembre
Salsa Kids: Debora e Diego	Mercoledì		14 settembre
Salsa Base: Debora e Diego	Mercoledì		14 settembre
Salsa Intermedio: Debora e Diego	Mercoledì		14 settembre
Corso di Rueda: Debora e Diego	Giovedì		15 settembre
Bachata e Bachatango: Debora e Diego	Lunedì		12 settembre
Baby Dance: Marisa, Fulvio	Martedì 17:00 - 18:00	Venerdì 15:30 - 16:30	20 settembre
Latini Principianti: Marisa, Fulvio	Martedì 18:00 - 19:00	Venerdì 16:30 - 17:30	20 settembre
Cheerleaders:	Martedì		20 settembre
Balli da Sala Latini: Marisa, Fulvio	Martedì		20 settembre

**Corsi di Relax e Meditazione**

Disciplina	Giornate e Orari		Inizio corsi
Yoga 1° turno: Anna	Lunedì e Mercoledì		3 Ottobre
Yoga 2° turno: Anna	Lunedì e Mercoledì		3 Ottobre
Yoga Mattina: Anna	Giovedì		6 ottobre
Qigong Taiji: M° Alessandra	Martedì e Venerdì		13 settembre

**Corsi di Arti Marziali per Bambini**

Disciplina	Giornate e Orari		Inizio corsi
Capoeira: Manuel	Martedì e Giovedì		15 settembre
Judo: M° Andrea Di Marco	Martedì e Venerdì		13 settembre
Taekwondo: Insegnante C. Diafano	Martedì e Giovedì		13 settembre
Karate Gioco-Sport: M° G. Oggianu	Martedì e Venerdì		20 settembre
Karate Shotokan: M° G. Oggianu	Martedì e Venerdì		20 settembre
Kempo karate: M° D. Peluffo	Lunedì - Giovedì		12 settembre
Wushu (fino 8 Anni): All. F. Pecol	Lunedì e Mercoledì		12 settembre
Wushu Base (+ 8 anni): M° F. Callegari	Lunedì e Mercoledì		12 settembre
Wushu Intermedio M° F. Callegari	Lunedì, Mercoledì		12 settembre
Wushu Agonisti	Giovedì		15 settembre
Yoseikan Junior: M° Laura Paronit	Lunedì e Giovedì		12 settembre

**Corsi di Arti Marziali per Adulti**

Disciplina	Giornate e Orari		Inizio corsi	
Aikido: M° Benedetti	Lunedì, Mercoledì e Venerdì		20:30 - 22:00	12 settembre
Brazilian Jujitsu:	Martedì 20:30-22:00	Venerdì 19:00 - 20:30	13 settembre	
	Mercoledì 19:30-21:00			
Capoeira: Manuel Iastella	Martedì e Giovedì		19:00 - 20:00	15 settembre
Jujitsu: M° Di Marco	Martedì e Venerdì		19:30 - 21:00	13 settembre
Karate Do Shotokan: M° Oggianu	Martedì e Venerdì		19:00 - 20:30	20 settembre
Karate Agonisti: M° Oggianu	Mercoledì		19:00 - 20:30	21 settembre
Karate Kempo: M° G. Frisan	Martedì e Giovedì		20:00 - 21:30	13 settembre
Kempo Life defense	Martedì		19:00 - 20:00	13 settembre
Kick Boxing: M° G. Oggianu	Martedì e Venerdì		20:30 - 22:00	20 settembre
Muay Thai: Istr. Stabile	Lunedì, Giovedì e Venerdì		20:30 - 22:00	12 settembre
Sanda: M° Callegari	Lunedì Giovedì 19:00 - 20:30	mercoledì 20:30-22:00	12 settembre	
Sanda Agonisti: M° Callegari	Lunedì, Giovedì		20:30 - 22:00	12 settembre
Silat: M° D. Breceva	Lunedì - Mercoledì		20:30 - 22:00	12 settembre
Taijiquan: M° A. Marocco	Martedì - Giovedì		20:30 - 22:00	13 settembre
Taijiquan: M° A. Marocco	Martedì - Giovedì		15:30 - 17:00	20 settembre
Taekwondo: M° C. Diafano	Martedì e Giovedì		19:00 - 20:00	13 settembre
Taekwondo: M° C. Diafano agonisti	Venerdì		21:00 - 22:30	16 settembre
Wushu: M° Callegari	Lunedì, Mercoledì e Giovedì		19:00 - 20:30	12 settembre
Kung fu Shaolin: M° Callegari	Lunedì e Giovedì		20:30 - 22:00	12 settembre
Yoseikan Budo: M° Degano	Lunedì e Giovedì		19:00 - 20:30	12 settembre
Parkour: Lorenzo / Ivan	Martedì e Venerdì		15:30 - 17:00	13 settembre

