

CALENDARIO CORSI AG POWER 2024/25

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
10:00-11:00	PILATES	TOTAL BODY SOFT	PILATES	TOTAL BODY SOFT		
11:00-12:00	POSTURALE		POSTURALE		POSTURALE	
12:00-13:00			BIOENERGYM		BIOENERGYM	
16:30-17:30			TAI CHI INTERMEDIO		TAI CHI INTERMEDIO	
17:00-18:00		PILATES KICK-BOXING JUNIOR DANZATERAPIA		PILATES KICK-BOXING JUNIOR DANZATERAPIA		
17:30-18:30			TAI CHI AVANZATO		TAI CHI AVANZATO	
18:00-19:00	TOTAL TRAINING	ZUMBA	TOTAL TRAINING	ZUMBA	TOTAL TRAINING	
	KARATE JUNIOR	POSTURAL PILATES CONTROLOGY	KARATE JUNIR	POSTURAL PILATES CONTROLOGY		
	POSTURALE F (alternata)				POSTURALE F (alternata)	
18:30-20:00					TAI CHI PRINCIPIANTI	
19:00-20:00	KARATE SENIOR	FULL BODY	KARATE SENIOR	FULL BODY	KARATE SENIOR	
	CIRCUITO	PREPUGILISTICA	CIRCUITO	PREPUGILISTICA	CIRCUITO	
	NEW FLEXY		NEW FLEXY		NEW FLEXY	
20:00-21:00	CIRCUITO		CIRCUITO		CIRCUITO	
20:00-21:30	BALLO DI GRUPPO					
20:00-21:30	DANZE ORIENTALI INT.	DANZE ORIENTALI PRINC.		DANZE ORIENTALI INT.		
20:15-21:15		KICK SENIOR-PUGILATO		KICK SENIOR-PUGILATO		
20:30-22:00	KRAV MAGA		KRAV MAGA			

*gli orari e i giorni dei corsi possono essere soggetti a variazioni durante l'anno