

CALENDARIO CORSI AG POWER 2023/24

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
10:00-11:00			GAG			
10:30-11:30		PILATES		PILATES		
11:00-12:00	POSTURALE		POSTURALE		POSTURALE	
16:00-17:00						SYNCROLATIN
16:30-18:30			TAI CHI CHUAN		TAI CHI CHUAN	
17:00-18:00		PILATES		PILATES	BARRE PILATES	
		KICK-BOXING JUNIOR (6-14 anni)		KICK-BOXING JUNIOR (6-14 anni)		
18:00-19:00	TOTAL TRAINING	ZUMBA	TOTAL TRAINING	ZUMBA	TOTAL TRAINING	
	KARATE JUNIOR	POSTURAL CONTROLOGY	KARATE JUNIOR	POSTURAL CONTROLOGY		
19:00-20:00	KARATE SENIOR	FULL BODY	KARATE SENIOR	FULL BODY	KARATE SENIOR	
	CIRCUITO	PREPUGILISTICA	CIRCUITO	PREPUGILISTICA	CIRCUITO	
	NEW FLEXY	POSTURALE (alternata) Fisioterapista	NEW FLEXY	POSTURALE (alternata) Fisioterapista	NEW FLEXY	
20:00-21:00	CIRCUITO		CIRCUITO		CIRCUITO	
	BALLO DI GRUPPO					
20:00:21:30	DANZE ORIENTALI PRIN.					
20:10-21:40		DANZE ORIENTALI INTERM.				
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