

Judo Mini 3-5 anni

Lunedì/Venerdì 17.30/18.30

Judo cintura bianca

Lunedì/Venerdì 18.30/19.30

Judo Base

Martedì/Venerdì 17.30/18.30

Judo Giovani-Avanzati

Lunedì/Mercoledì/Giovedì 17.30/18.30

Judo Giovani-Preagonisti

Lunedì/Mercoledì/Giovedì 18.30/19.30

Judo Olimpico-Agonisti

Lun/Mart/Merc/Giov/Ven 19.30/20.30

Judo Globale Avanzati

Lunedì/Giovedì 20.30/21.30

Judo Globale Base

Martedì/Venerdì 20.30/21.30

Karate Mini 3-5 anni

Martedì 17.00/18.00

Karate Giovani

Martedì/Venerdì 18.30/19.30

Karate Adulti

Martedì/Venerdì
19.30/20.30 – 20.30/21.30

Difesa Personale

Mercoledì 18.30/19.30

Multisport 3-4-5 anni

Corso monosettimanale

Lunedì 16.30/17.30

Mercoledì 16.30/17.30

Mercoledì 17.30/18.30

Giovedì 17.00/18.00

Venerdì 16.30/17.30

Attività/Corsi 2026/27

Aikido Principianti

Lunedì/Giovedì 20.00/21.00

Aikido Avanzati

Lunedì/Giovedì 21.00/22.00

Sala pesi - Pesistica

Orari da definire con Istruttori

Pesistica Giovanile

Martedì/Venerdì 15.30/16.30

Yoga Flow

Mercoledì 19.30/20.30

Pilates

Martedì/Venerdì 8.30/9.30

Fit4All

Lunedì/Giovedì 12.30/13.15

BoxeEnergy

Martedì/Venerdì 12.30/13.15

Ginnastica Dolce - Terza età

Lunedì/Giovedì
8.45/9.45 - 9.45/10.45

Ginnastica Posturale

Martedì 9.30/10.30 - 18.30/19.30
Giovedì 18.00/19.00 - 19.00/20.00
Venerdì 9.30/10.30

Ritmo & Fitness

Venerdì 10.30/12.00

Posturale Feldenkrais

Sabato 9.00/10.30

Movimento Creativo

Sabato 10.45/12.45