JIN ASD

A. a. 2011 – 2012

	LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI	
	sala Sakura	sala Kiku	sala Sakura	sala Kiku	sala Sakura	sala Kiku	sala Sakura	sala Kiku	sala Sakura	sala Kiku
9.30 – 10.30		QI GONG 9.30 – 10.30	GINNASTICA MATTUTINA 7.30 – 8.30				GINNASTICA MATTUTINA 7.30 – 8.30	QI GONG 9.30 – 10.30		
12.00 – 13.00										
13.00 – 14.00	PILATES 13.00 – 14.00	DOPO SCUOLA 13.30 - 16.30		DOPO SCUOLA 13.30 - 16.30	PILATES 13.00 – 14.00	DOPO SCUOLA 13.30 - 16.30		DOPO SCUOLA 13.30 - 16.30		DOPO SCUOLA 13.30 - 16.30
14.00 – 15.00										
15.00 – 16.00										
16.00 - 17.00										
17.00 – 18.00			KARATE JUNIOR 17.00 – 18.00						KARATE JUNIOR 17.00 – 18.00	
18.00 - 19.00	QI GONG 18.00 – 19.00		TAI SO 18.00 – 19.00		PING CI SHU 17.30 – 19.30		QI GONG 18.00 – 19.00		TAI SO 18.00 – 19.00	DIFESA PERSONALE 18.30 – 19.30
19.00 - 20.00	KARATE INTERMEDIO 19.30 – 21.00	TAI CHI AVANZATO 19.00 – 20.00	KARATE AGONISMO 19.00 – 20.00			TAI CHI CHEN 19.30 – 20.30	KARATE INTERMEDIO 19.30 – 21.00	TAI CHI AVANZATO 19.00 – 20.00	KARATE AGONISMO 19.00 – 20.00	TAI CHI CHEN 19.30 – 20.30
20.00 - 21.00	KUMITE	TAI CHI YANG BASE 20.00 – 21.00			KARATE BASE 20.00 – 21.00		KUMITE	TAI CHI YANG BASE 20.00 – 21.00	KARATE BASE 20.00 – 21.00	
21.00 - 22.00	KARATE AVANZATO 21.00 – 22.00	NINJUTSU 21.00 – 22.30	KATORI SHINTO RYU 21.00 – 22.30	KALI FILIPPINO e COLTELLO ITALIANO 21.00 – 23.00	KYUDO 21.00 – 22.30		KARATE AVANZATO 21.00 – 22.00	KALI FILIPPINO e COLTELLO ITALIANO 21.00 – 23.00	KATORI SHINTO RYU 21.00 – 22.30	KYUSHO JITSU 21.00 – 22.30
22.00 – 23.00										