

LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'	
sakura	kiku	sakura	kiku	sakura	kiku	sakura	kiku	sakura	kiku
PILATES 13.00 14.00				PILATES 13.00 14.00					
				GIAPPONESE 16.30 17.30				GO 16.30 17.30	
QI GONG 17.00 18.00				TAI SO 17.30 18.30		KARATE JUNIOR 17.00-18.00		QI GONG 17.00 18.00	
KARATE JUNIOR 18.00-19.00		PILATES 18.00 19.00		PING CI 18.30 19.30		PILATES 18.00 19.00		TAI CHI 1° LIVELLO 18.00-19.00	
		AGONISMO 18.30 19.30						AGONISMO 18.30 19.30	
KARATE INTERMEDIO 19.30-20.30		KALI FILIPPINO 19.30 21.00		KARATE BASE 19.30-20.30		RIPASSO LIBERO TAI CHI 2° LIVELLO		KARATE INTERMEDIO 19.30-20.30	
KUMITE						JEET KUNE DO 20.00-21.30		COLTELLO ITALIANO 19.30 21.00	
KARATE AVANZATO 21.00-22.00		KATORY SHINTO RYU 21.00-22.30		KYU DO 21.00 22.30		MEDITA ZIONE		KARATE AVANZATO 21.00-22.00	
PRANIC HEALING 21.30 23.30						21.30 23.30		KALI FILIPPINO 21.00 22.30	
								KATORY SHINTO RYU 21.00-22.30	
								SILAT 21.00 22.00	