

JIN ASD A. a. 2018-2019

	LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI	
	Sala Sakura	Saka Kiku	Sala Sakura	Saka Kiku	Sala Sakura	Saka Kiku	Sala Sakura	Saka Kiku	Sala Sakura	Saka Kiku
9.00										
10.00		QI GONG 9.30-10.30	GINNASTICA 9.30-10.30				GINNASTICA 9.30-10.30	QI GONG 9.30-10.30		
11.00		TAICHI 10.30-12:00	KARATE 11.00-12.00						KARATE 11.00-12.00	
12.00										
13.00	Ginnastica per fitness e salute 13.00-14.00				Ginnastica per fitness e salute 13.00-14.00					
14.00										
15.00										
16.00										
17.00	KARATE INTERMEDI ESORDIENTI 17.00-18.00	KARATE PRINCIPIANTI ESORDIENTI 17.00-18.00	Ginnastica per fitness e salute ragazzi 17.00-18.00	AGONISMO ESORDIENTI 17.00-18.00	K. JUNIOR 17.00-18.00	PRINCIPIANTI KARATE JUNIORES 17:00 – 18:00	KARATE INTERMEDI ESORDIENTI 17.00-18.00	KARATE PRINCIPIANTI ESORDIENTI 17.00-18.00	Ginnastica per fitness e salute ragazzi 17.00-18.00	PRINCIPIANTI KARATE JUNIORES 17:00 – 18:00
18.00	KARATE INTERMEDI CADETTI 18.00-19.00	KARATE PRINCIPIANTI CADETTI 18.00-19.00	Ginnastica per fitness e salute 18.00-19.00	AGONISMO RAGAZZI 18.00-19.00	KARATE JUNIORES (fino a 18 anni) 18:00 – 19:00	TICAO 18.00-19.00	KARATE INTERMEDI CADETTI 18.00-19.00	KARATE PRINCIPIANTI CADETTI 18.00-19.00	Ginnastica per fitness e salute 18.00-19.00	KARATE JUNIORES (fino a 18 anni) 18:00 – 19:00
19.00		TAI CHI YANG Liv. 2 19.00-20.00	AGONISMO ADULTI 19.00-20.00	TAI CHI YANG Liv. 1 19.00-20.30	TAI CHI CHEN 19.00-20:00	Ginnastica per fitness e salute 19:00-20:30		TAI CHI YANG Liv. 2 19.00-20.00	Grappling+Thai Boxe (MMA) 19:00-20:30	TAI CHI CHEN 19.00-20:00
20.00	KARATE arancioni/verdi 20.00-21.00	KARATE blu/marroni 20.00-21.00	Grappling+Thai Boxe (MMA) 20:00-21:30		Karate Base 20.00-21.00		KARATE arancioni/verdi 20.00-21.00	KARATE blu/marroni 20.00-21.00		Karate Base 20.00-21.00
21.00		KARATE nere 21.00-22.00		TENSHIN RYU 20.30-22.30	PA KWA CHANG 21:00-22:00		KATORI SHINTO RYU 21.00-23.00	KARATE nere 21.00-22.00		
22.00										

JUNIOR: Dai 4
ai 6 anni ca

ESOR. Dai 7 ai
9 anni ca

CADETTI: Dai
10 ai 12 anni

JUNIORES:
fino ai 18 anni.