

I NOSTRI CORSI PER BAMBINI

- GINNASTICA BONSAI: avviamento alla pratica sportiva,
(per bambini 3-5 anni)

MERCOLEDI' 17.00 – 17.50 PALESTRA SAN TOMASO,
ZOLA PREDOSA

SABATO 10.00 – 10.50 PALESTRA SAN LUIGI,
RIALE ZOLA PREDOSA



- JUDO: arti marziali, dai 5 anni in poi

LUNEDI' – VENERDI' 16.00 – 17.00
17.00 – 18.00
18.00 – 19.00

PALESTRA SAN TOMASO,
ZOLA PREDOSA

I NOSTRI CORSI PER IL BENESSERE:

YOGA INTEGRALE

MERCOLEDI' 14.30 – 16.00 PALESTRA SAN TOMASO,
ZOLA PREDOSA

GINNASTICA DOLCE

LUNEDI' – GIOVEDI' 9.00 – 10.00
10.00 – 11.00

PALAZOLA

MARTEDI' – VENERDI' 9.00 – 10.00
10.00 – 11.00

CENTRO SOCIALE I. ALPI
PONTE RONCA

MARTEDI' – GIOVEDI' 9.00 – 10.00

PALESTRA SAN TOMASO,
ZOLA PREDOSA

PILATES OVER

LUNEDI' – GIOVEDI' 11.00 – 12.00 PALAZOLA

AEROSOFT (aerobica senza salti)

LUNEDI' – MERCOLEDI' 9.00 – 10.00 PALESTRA SAN TOMASO,
ZOLA PREDOSA

MERCOLEDI' 9.00 – 10.00 CENTRO SOCIALE I. ALPI
PONTE RONCA

CORSO MIX: AEROSOFT + G. DOLCE

MARTEDI' – GIOVEDI' DALLE 11.00 – 12.00 PALESTRA SAN TOMASO,
ZOLA PREDOSA

POSTURALE

MARTEDI' – VENERDI' 15.00 – 16.00 PALESTRA SAN LUIGI,
RIALE ZOLA PREDOSA

MARTEDI' – GIOVEDI' 10.00 – 11.00 PALESTRA SAN TOMASO,
ZOLA PREDOSA

ATTIVITA' DIVERSAMENTE ABILI

MERCOLEDI' 18.00 – 19.00 PALESTRA SAN LUIGI,
RIALE ZOLA PREDOSA

