Palestra Ginnastica Ferrara PALAGYM 1879 2004

PROGRAMMA ORARIO 2010 - 2011

	LUNEDI'						MARTEDI'						MERCOLEDI'						GIOVEDI'						VENERDI'					
	Rosa 1	Rosa 2	Giallo-blu	Viola	Verde	Gialla	Rosa 1	Rosa 2	Giallo-blu	Viola	Verde	Gialla	Rosa 1	Rosa 2	Giallo-blu	Viola	Verde	Gialla	Rosa 1	Rosa 2	Giallo-blu	Viola	Verde	Gialla	Rosa 1	Rosa 2	Giallo-blu	Viola	Verde	Gialla
9,30 - 10,00											PILATES 09,15-10,15																PILATES 09,15-10,15			
10,00 - 10,30					STARBENE 10,00-11,00												STARBENE 10,00-11,00													
10,30 - 11,00									SENZA ETA' 10,30-11,30																		SENZA ETA' 10,30-11,30			
11,00 - 11,30																														
11,30-12,00																														
12,00-13,00																														
13,00 - 13,30											PILATES 13,00-14,00					TOTAL BODY 13,00-14,00						PILATES 13,00-14,00						TOTAL BODY 13,00-14,00		
13,30- 14,00																														
14,00-15,00																														
15,00 - 15,30		DISABILI 15,00-17,00	ACROJUMP 15,00-16,30		HIP HOP NEW STYLE JUNIOR 15,00-16,00			WUSHU RAGAZZI E AGONISTI 15,00-17,00	ACROTEAM 15,00-16,30		DANZA SPORTIVA (12-18 ANNI) 15,30-17,00				ACROJUMP 15,00-16,30		DANZA SPORTIVA AGONISTI 15,30-17,00			DISABILI 15,00-17,00				HIP HOP NEW STYLE JUNIOR 15,00-16,00	WUSHU RAGAZZI E AGONISTI 15,00-17,00		ACROTEAM 15,00-16,30		DANZA SPORTIVA (12-18 ANNI) 15,30-17,00	
15,30 - 16,00					MODERNJAZZ JUNIOR 16,00-17,00				PRIME CAPRIOLE 1 16,15-17,00							INDIVIDUALI 16,00-17,00				PRIME CAPRIOLE 1 16,15-17,00				MODERNJAZZ JUNIOR 16,00-17,00		RITMICA TEAM 15,30-17,00					
16,00 - 16,30																														
16,30 - 17,00				GIOVPOST JUNIOR 16,30-17,30				RITMICA TEAM 15,30-17,00																				GIOVPOST JUNIOR 16,30-17,30		
17,00 - 17,30	ARTFEM BIANCO 17,00 - 18,00	WUSHU AVANZATO	ACROMAS BIANCO 17,00-18,00						PRIME CAPRIOLE 2 17,00-17,45	GIOVPOST LILLA 17,00-18,00	DANZA CLASSICA 17,00-18,00	JUDO 17,00-20,00		ACROMAS BIANCO 17,00-18,00	ARTFEM BIANCO 17,00 - 18,00	INDIVIDUALI 17,00-18,00	FLAMENCO BASE 17,00-18,00	JUDO 17,00-20,00		WUSHU AVANZATO		GIOVPOST LILLA 17,00-18,00			ACROMAS VERDE 17,00-18,00	RITMICA PAPAVERO 17,15-18,15	ARTFEM GIALLO 17,00 - 18,00		DANZA CLASSICA 17,00-18,00	JUDO 17,00-20,00
17,30 - 18,00		WUSHU BAMBINI 17,30-19,00		GIOVPOST VIOLA 17,30-18,30	DANZA MODERNA 360° 17,30-18,30			R.PAPAVERO 17,15-18,15												WUSHU BAMBINI 17,30-19,00				DANZA MODERNA 360° 17,30-18,30					GIOVPOST VIOLA 17,30-18,30		
18,00 - 18,30			PRIME RUOTE 18,00-19,00					ACROGYM 17,30-18,30	PRIMI SALTI 17,45-18,30	GIOVPOST FUCSIA 18,00-19,00	DANZA SPORTIVA (6-11 ANNI) 18,00-19,00		ARTFEM GIALLO 18,00 - 19,00			ACROMAS VERDE 18,00-19,00	HIP-HOP (6-11 ANNI) 18,00-19,00			PRIME CAPRIOLE 2 17,00-17,45	PRIMI SALTI 17,45-18,30	GIOVPOST FUCSIA 18,00-19,00			ACROGYM 18,00-19,30	PRIME RUOTE 18,00-19,00			
18,30 - 19,00		ACROFEM VERDE 18,30-19,30		MINICORSO 18,30-19,00		SANDA1 18,30-20,00		RITMICA MARGHERITA 18,15-19,15	PRIME VERTICALI 18,30-19,15	MINIPIEDI 19,00-19,30	DANZA SPORTIVA AVANZATO 19,00-20,30		ACROFEM VERDE 18,30-19,30	ACROFEM VERDE 18,30-19,30	MINICORSO 19,00-19,30	DANZA SPORTIVA AGONISTI (6-11 ANNI) 19,00-20,15		SANDA1 18,30-20,00	ACROFR 18,30-19,30	PRIME VERTICALI 18,30-19,15							
19,00 - 19,30	IL BEN DI SCHIENA 19,00-20,00				HIP HOP NEW STYLE SENIOR 19,00-20,00									MODERN JAZZ SENIOR 19,00-20,30										HIP HOP NEW STYLE SENIOR 19,00-20,00		RITMICA MARGHERITA 18,15-19,15			HIP-HOP AVANZATO AGONISTI 19,00-20,30	
19,30 - 20,00			PILATES 19,30-20,30					ACRFREMROS 18,30-19,30							PILATES 19,30-20,30		DANZA SPORTIVA AGONISTI (6-11 ANNI) 19,00-20,15				IL BEN DI SCHIENA 19,30-20,45								
20,00 - 20,30																														
20,30 - 21,00	ACRO CHECCO 20,30-22,00 (*AZZURRA*)	CROSS TRAINING 20,00-21,15			MODERN JAZZ SENIOR 20,15-21,45	SANDA2 20,00-22,00	ACRO CLAUDIO 20,30-22,00 (*AZZURRA*)				HIP-HOP AVANZATO AGONISTI 20,30-22,00		ACRO CHECCO 20,30-22,00 (*AZZURRA*)				DANZA CLASSICA AVANZATO 20,15-21,15	SANDA2 20,00-22,00	ACRO CLAUDIO 20,30-22,00 (*AZZURRA*)							CROSS TRAINING 20,00-21,15			DANZA SPORTIVA AVANZATO 20,30-22,00	
21,00 - 21,30								WUSHU ADULTI 20,00-23,00											WUSHU ADULTI 20,00-23,00				CLASSICAL SENIOR 20,15-21,45							
21,30 - 22,00																	FLAMENCO AVANZATO 21,15-22,15													
22,00 - 22,30																														
22,30 - 23,00																														
23,00 - 24,00																														

CORSI GINNASTICA BAMBINI/RAGAZZI			
	CORSI GINASTICA IN ETA' PRESCOLARE	CORSI RITMICA	CORSI GINNASTICA PER ADULTI	CORSI JUDO	DIVERSA ABILITA'
	CORSI GINNASTICA DI BASE				
	CORSI GINNASTICA AVANZATI	SCUOLA DI DANZA	CORSI WUSHU - SANDA	DANZA SPORTIVA	