

SPORTIAMO

CORSI IN PROGRAMMAZIONE ANNO 2021-2022

Palestra scuola media A. Vivaldi e Campo Totta

Attività	Giorni	Orario	Costo		Fascia di età (anni)	Tecnici/Allenatori
			quadrим.	annuale		
Avviamento All'atletica Palestra (nov-mar) Pista (set-ott e da apr-giu)	Lun. Gio.	17,00-18,00	€ 90.00	€ 170.00	5-6	Ferraris E. Valerio S.
Atletica (esordienti) Pista	Mar. Ven	17,00-18,45	€ 100.00	€ 190.00	7-11	Russo M. Valerio S.
Mat Pilates e Stend. Pilates	Lun. Gio.	18,10-19,00	€ 100.00	€ 190.00	Adulti	Aimo M.
Ginnastica Adulti	Lun. Gio.	19,00-20,00	€ 100.00	€ 190.00	Adulti	Aimo M.
Yoga Pilates (Yogilates)	Lun. Gio.	20,00-20,50	€ 100.00	€ 190.00	Adulti	Aimo M.

Palestrina del seminterrato scuola elementare Dante Di Nanni

HIP HOP Baby	Mar. Ven	16,50-17,40	€ 100.00	€ 190.00	5-7	Fanelli A.
HIP HOP Base 1	Lun. Mer	17,00-17,50	€ 100.00	€ 190.00	8-10	Maburzio B.-Simeone M.
HIP HOP Base 3 *	Mar. Ven	17,50-18,40	€ 100.00	€ 190.00	9-12	Fanelli A.
HIP HOP Teen Base	Lun. Mer	16,00-16,50	€ 100.00	€ 190.00	11-15	Fanelli A.-Simeone M.
HIP HOP Intermedio	Lun. Mer	18,00-18,50	€ 100.00	€ 190.00	12-15	Maburzio B.-Fanelli A.
HIP HOP VOGUE	Sabato	12,00-14,00	€ 70.00	€ 130.00	14-21	Atzori S.
HIP HOP Dancehall	Giovedì	15,50-16,50	€ 70.00	€ 130.00	14-21	Faenza G.
HIP HOP HOUSE *	Mercoledì	20,00-20,50	€ 70.00	€ 130.00	8-14	Quagliati S.
HIP HOP Pop & Lock TEEN *	Venerdì	18,40-19,30	€ 70.00	€ 130.00	14-21	Zimbardi L.
HIP HOP Pop & Lock KIDS	Venerdì	19,30-20,30	€ 70.00	€ 130.00	14-21	Zimbardi L.
HIP HOP Avanzato 1	Lunedì	19,00-19,50	€ 100.00	€ 190.00	14-21	Maburzio B.
HIP HOP Avanzato 1	Giovedì	17,00-17,50	-----	-----	14-21	Fanelli A.
HIP HOP Avanzato 2	Sabato	11,00-12,00	€ 70.00	€ 130.00	14-21	Maburzio B.
DANZA MODER *	Lunedì	20,00-20,50	€ 70.00	€ 130.00	14-21	Ferrara G.
HIP HOP HEELS *	Martedì	21,00-22,00	€ 70.00	€ 130.00	14-21	Vernucci I.

* Non inserita nei depliant di Sportiamo (solo per i gruppi gare)

Ginnastica Posturale e Rilassamento	Mar. Ven	9,00-10,00	€ 90.00	€ 170.00	Over 55	Aimo M.
		10,00-11,00	€ 90.00	€ 170.00	Over 55	Aimo M.
		11,00-12,00	€ 90.00	€ 170.00	Over 55	Aimo M.
Energetica	Mar. Ven	12,00-13,00	€ 90.00	€ 170.00	Over 55	Aimo M.
Aerostep Coreografie Tonificazione	Mar. Gio.	19,00- 19,50	€ 100.00	€ 190.00	Adulti	De Bortoli M.
	Mar. Gio.	20,00-20,50	€ 100.00	€ 190.00	Adulti	De Bortoli M.
Yoga 1°-2° Livello	Mercoledì	21,00- 23,00	€ 100.00	€ 190.00	Adulti	Montelpare M.