

# OFFERTA CORSI 2019-2020

I corsi riprendono lunedì 9 settembre 2019

	Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì	
	Palestra 1	Palestra 2	Palestra 1	Palestra 2	Palestra 1	Palestra 2	Palestra 1	Palestra 2	Palestra 1	Palestra 2
16.30-17.00	Seniori dai 60 anni	Gymnastique di base 16.45-17.45	Genitore bambino	Infantile			Pre Attrezzistica	Bambini in movimento dai 5 ai 10 anni	Ginnastica ritmica	Ginnastica ritmica
17.00-17.30					Seniori dai 60 anni					
17.30-18.00		Attrezzistica	Gymnastique alunne tecnica			Attrezzistica	Preparazione fisica dagli 8 anni			
18.00-18.30	Gymnastique alunne							Gymnastique alunne		
18.30-19.00										
19.00-19.30										
19.30-20.00										
20.00-20.30	Badminton per tutti	Pallavolo amatoriale misto dai 18 anni	Totalbody Workout dai 15 anni Palestra Scuole Medie	Uomini dai 18 anni	Step addom. schiena dai 15 anni	Indiaca per tutti	Pallavolo giovani competizione	Lezioni speciali uomini e donne		
20.30-21.00										
21.00-21.30										
21.30-22.00										

**NOTA:** Tutti i corsi si svolgono nella palestra delle Scuole Elementari, salvo indicazioni diverse.

Per ulteriori informazioni telefonare a:  
**Alina Corti - 079 612 59 54**