

ORARI CORSI NSD 2019 / 2020

Palestrina (Scuole Elementari Osio Sopra)

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
19.30 / 20.30 Ginnastica Vertebrale	17.00 / 18.00 Danza Classica Terzo Grado (Miram)	19.30 / 20.30 Ginnastica Vertebrale	16.45 / 17.45 Danza Classica Primo Grado (Nicole)	16.30 / 17.15 Baby ballet (Miram)
20.30 / 21.30 Zumba	18.00 / 19.15 Danza Classica Quinto Grado (Miriam)	20.30 / 21.30 Zumba	18.00 / 19.00 Modern for You (Corso amatoriale over 35)	17.15 / 18.15 Danza Classica Terzo Grado (Miriam)
			19.15 / 20.15 Pilates	18.00 / 19.15 Quinto Grado (Miriam)

Sala Blu (Centro Giovanile Petrocchi Osio Sotto)

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
17.00 / 18.00 Hip Hop	16.30 / 17.30 Ginnastica Vertebrale	17.00 / 18.00 Hip Hop	19.00 / 20.00 Metodo Feldenkrais	16.30 / 17.30 Ginnastica Vertebrale	9.45 / 10.45 Propedeutica alla danza
18.00 / 19.00 Modern Base	17.30 / 18.30 Zumba	18.00 / 19.00 Modern Base	20.00 / 21.30 Power Pilates Yoga	17.30 / 18.30 Zumba	10.15 / 11.15 Danza Classica Primo Grado (Nicole)
19.00 / 20.30 Modern Avanzato	18.30 / 19.30 Pilates	19.00 / 20.30 Modern Intermedio			11.15 / 12.00 Baby Ballet (Nicole)
20.30 / 21.30 Heels	19.30 / 20.30 Pilates	20.30 / 21.30 Yoga Dinamico			
	20.30 / 21.30 Pilates				

Gazebo (Centro Giovanile Petrocchi Osio Sotto)

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
		20.30 / 22.00 Latino Americano Ballo liscio da sala	19.00 / 20.00 G.A.G.		10.00 / 11.00 Zumba Strong

Prima di partecipare al corso contattare il numero 340 7994462 per verificarne la disponibilità