Utilizzo palestra Mentana s.s. 2024_25 ALLEGATO 2

Orari	Giorni della settimana							sabato	domenica
	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì				
17.00 - 17.30	Corsi di ginnastica				Corsi di ginnastica			Richieste specifiche per esami stagionali e stages	Richieste specifiche per esami stagionali e stages
17.30 - 18.00	Corsi di ginnastica				Corsi di ginnastica				
18.00 - 18.30	Corsi di ginnastica				Corsi di ginnastica				
18.30 - 19.00	Corsi di ginnastica	Qwan Ki Do Long Ho			Corsi di ginnastica	Qwan Ki Do Long Ho			
19.00 - 19.30		Qwan Ki Do Long Ho				Qwan Ki Do Long Ho			
19.30 - 20.00	ALLENAMENTO NATURALE	Qwan Ki Do Long Ho			ALLENAMENTO NATURALE	Qwan Ki Do Long Ho			
20.00 - 20.30		Qwan Ki Do Long Ho				Qwan Ki Do Long Ho			
	ALLENAMENTO NATURALE				ALLENAMENTO NATURALE				
20.30 - 21.00		Qwan Ki Do Long Ho				Qwan Ki Do Long Ho			
21.00 - 21.30									
21.30 - 22.00									
22.00 - 22.30									
22.30 - 23.00									
Corsi di ginnastica	Corsi di ginnastica dolce over 50 organizzati dal Comune di Baranzate								
Qwan Ki Do Long Ho	Arti marziali, tecniche da combattimento e rottura, difesa personale								