

PLANNING TAEKWONDO DA OTTOBRE 2018

RICCIONE VIALE CARPI PLAY HALL

ORARIO	LUNED'	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
13:00	TAEKWONDO/ FUNZIONALE		TAEKWONDO/ FUNZIONALE		TAEKWONDO/ FUNZIONALE	
16:30						BAMBINI 6-12
17:30						ADULTI/AGONISTI /RAGAZZI
18:00		BAMBINI 4-7 ANNI		BAMBINI 4-7 ANNI		
18:30		BAMBINI 8-13 ANNI		BAMBINI 8-13 ANNI		
19:30		ADULTI/AGONISTI/DIFESA PERSONALE		ADULTI/AGONISTI/DIFESA PERSONALE		

PER I GENITORI ALLENAMENTO FUNZIONALE MART E GIOV DALLE 18:00 ALLE 21:00

CATTOLICA VIA DEL PORTO 17 ZONA COMUNE PIANO RIALZATO E PIANO SEMINTERRATO

ORARIO	LUNED'	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
09:30	TKD/FUNZIONALE		TKD FUNZIONALE		
12:00	TAEKWONDO/ FUNZIONALE su richiesta		TAEKWONDO/ FUNZIONALE su richiesta		TAEKWONDO/ FUNZIONALE su richiesta
16:00		<u>BAMBINI 4-7 ANNI (SEMINTERRATO)</u>		<u>BAMBINI 4-7 ANNI (SEMINTERRATO)</u>	
		<u>BAMBINI 8-12 ANNI (SEMINTERRATO)</u>		<u>BAMBINI 8-12 ANNI (SEMINTERRATO)</u>	
17.30	BAMBINI 4-7 ANNI		BAMBINI 4-7 ANNI		
18:30	BAMBINI 8-12 ANNI		BAMBINI 8-12 ANNI		BAMBINI 8-12 ANNI
19:30	AGONISTI/ADULTI		AGONISIT/ADULTI		DIFESA PERSONALE /FORME/TAEKWONDO
20:00- 22:00	INGRESSO LIBERO		INGRESSO LIBERO		

PER I GENITORI ALLENAMENTO FUNZIONALE LUN E MER DALLE 17:30 ALLE 21:00 MARTEDI E GIOVEDI DALLE 16:00 ALLE 17:00

MONTESCUDO PALESTRA rosaspina

ORARIO	LUNED'	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
16:30	Bambini 4-11 anni		Bambini 4-11 anni		
17:30- 18:40	Ragazzi dai 12 anni		Ragazzi dai 12 anni		
19:10- 20:20	Taekwondo adulti e difesa personale		Taekwondo adulti e difesa personale		
20:30- 21:00	Circuito funzionale		Circuito funzionale		