

Corsi di Arti Marziali per Bambini

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN
Aikido bambini (7-12)		17:30-18:30		17:30-18:30	
Karate piccoli B0 (5-6)			16:30-17:15		
Karate bambini B1 (6+)	17:15-18:15			17:15-18:15	
Karate bambini B2 (7+)			17:15-18:15		17:15-18:15
Karate bambini B3 (9+)	18:15-19:15			18:15-19:15	
Judo bambini 1 (6-10)		17:30-18:30		17:30-18:30	17:30-18:30
Judo bambini 2 (6-10)	17:30-18:30		17:30-18:30		17:30-18:30
Judo ragazzi (10+)	18:30-19:30		18:30-19:30		18:30-19:30

Corsi di Arti Marziali per Ragazzi e Adulti

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN
Aikido (15+)		18:30-20:00		18:30-20:00	
Karate A1 (13+)	19:15-20:15			19:15-20:15	
Karate A2	20:15-21:15			20:15-21:15	
Karate A3	21:15-21:45			21:15-21:45	18:15-19:30
Judo (16+)	19:30-21:00		19:30-21:00		19:30-21:00
Tai chi (18+)		19:00-21:00			
Jiu Jitsu Brazilian (16+)		20:00-21:30		20:00-21:30	19:30-21:00
Ju Jitsu (krav maga) (16+)			19:30-20:30		19:30-20:30

Corsi di discipline ginniche per Adulti

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN
Pilates	17:30-18:30		17:30-18:30		
Hatha Yoga*	18:50-19:50		18:50-19:50		
Hatha Yoga*	20:00-21:00		20:00-21:00		

*presso sede decentrata di Via Monterampino, 3

Corsi UISP

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN
AFA - attività fisica adattata	9:15-10:15 10:15-11:15			9:15-10:15 10:15-11:15	
Ginnastica dolce		9:15-10:15 10:15-11:15			9:15-10:15 10:15-11:15

appartenente alla rete delle Palestre e Associazioni sportive che promuovono salute (PPS) - AUSL RE - RER

SDK Reggio Emilia associazione sportiva dilettantistica

Via Zibordi 14/A – Reggio Emilia - tel 0522.300500 - mail info@sdkreggioemilia.it