

Avviamento allo Sport	Lun-Merc-Ven	16.30-17.30	4-5 anni		Scuola Calcio	Mart-Gio	16.00-19.30	Anni 2005 → 2010		
						Merc-Ven	16.00-19.30	Anni 2004 → 2000		
Ginnastica Artistica	Corso I Mart-Giov Merc-Ven Lun-Merc	16.30-18.00 16.30-18.00 17.00-18.30	4-7 anni 5-7 anni 8 in poi		Pallavolo	Lun-Ven	16.15-17.30 17.30-18.45 18.45-20.00	6-11 anni 12-15 anni 15 in poi		
	Corso II Mart-Giov Merc-Ven Mec-Ven	17.30-19.00 17.30-19.00 18.00-19.30	8-10 anni 8-11 anni 12 anni in poi			Basket	Mart-Giov.	16.00-17.00 17.00-18.00 18.00-19.00 19.00-20.00 20.00-21.00	Anno 09-07 Anno 06-04 Anno 03-01 Anno 00-98 Anno 97 in poi	
Ginnastica Ritmica	Mart-Giov	16.00-17.30 17.30-19.00	4-6 anni 7 anni in poi		Fitness (Sala attrezzi)		da Lun-Ven	9.00-22.00		
						Sabato	9.00-19.00			
Danza	Merc-Ven	18.00-19.00	4-6 anni (Propedeutica)*		Fitness Over65+Univ (Sala Attrezzi)	da Lun-Ven	09.00-15.00 20.00-22.00			
	Mart-Giov	15.30-17.00	7-9 anni (I Corso)			Sabato	09.00-19.00			
	Lun Merc-Ven	15.30-18.00 16.30-18.00	9-11anni (Corso II)			Lun-Merc-Ven	Fitness+ Circuit Training (Sala Attrezzi)	17.00-17.50 18.00-18.50 19.00-19.50 20.15-21.10		
	Lun Merc-Ven	18.00-20.30 19.00-20.30	12 anni in poi (III-IV Corso)					Aerobica	Lun-Merc-Ven	19.30-20.30
Hip Hop	Mart-Giov.	17.00-18.00	8-10 anni		Zonaton Fitness (La nuova Zumba)	Lun -Mer- Ven	16.30-17.20 17.30-18.20			
		19.15-20.45	11 anni in poi			Mar – Gio				
Pilates	Mart-Giov	17.00-17.50 18.00-18.50			Arti Aeree Circensi	Martedì	17.30-19.30			
	Lun-Ven	18.30-19.20				Giovedì	17.30-19.30			
						Sabato	16.00-18.00			

Scuola di Ballo

Ballo di Gruppo	Mart-Giov	18.00-19.00	BAMBINE RAGAZZE SIGNORE	
Danza del ventre	Mercoledì	18.00 – 19.30		

Corsi di Mattina

Pilates	Mart-Giov	10.00-11.00		
Zonaton	Mart- Giov.	10.30-11.30		

**Associazione Sportiva Dilettantistica
KODOKAN SPORT NAPOLI**

www.kodokannapoli.com

tel. 081.7510972 – fax 081.7517301

ANNO 2015/2016

Arti Marziali

Judo	Lun-Merc-Ven	17.30-18.30 18.30-19.30 19.30-20.30	6-12 anni 13-14 anni 15 anni in poi	
	Mart-Giov	17.30-18.45 18.45-20.00 19.45 -21.00	5-8 anni 9-12 anni AGONISTI	

Karate	Lun-Merc-Ven	17.15-18.15 18.15-19.15 19.15-20.15	6-9 anni 10-12 anni 13 anni in poi	
Aikido	Lun-Merc-Ven	19.30-21.30		
Capoeira	Lun-Merc-Ven	20.30-21.30		
Muay-Thai MMA	Mart-Giov	19.15-20.15 20.15-21.15	PRINCIPIANTI AVANZATI	
Brazilian Jiu Jitsu	Mart-Giov	20.00-21.30		