

ORARIO CORSI KANKUDOJO STAGIONE 2023/2024

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
KARATE 18.00-19.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	KARATE 1° TURNO 18.00-19.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	KARATE 18.00-19.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	KARATE 1° TURNO 18.00-19.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	WING CHUNG 20.30-22.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI
KARATE 19.00-20.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	KARATE 2° TURNO 19.00-20.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	KARATE 19.00-20.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	KARATE 2° TURNO 19.00-20.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	FITBOX 19.00-20.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1 (LEZIONI DI RECUPERO)
KRAV MAGA 21.00-22.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	KARATE 3° TURNO + MMA 20.00-21.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	FITBOX 19.00-20.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	KARATE 3° TURNO + MMA 20.00-21.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	FITBOX 20.00-21.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1 (LEZIONI DI RECUPERO)
KICK BOXING 19.30-20.30 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	CAPOEIRA 19.30-21.30 PALESTRA MANZONI VIA IV NOVEMBRE	FITBOX 20.00-21.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	NIPPON KEMPO - MMA 21.00-22.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	
PUGILATO 20.30-21.30 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	TAEKWONDO 19.30-21.30 PALESTRA MANZONI VIA IV NOVEMBRE	KICK BOXING 19.30-20.30 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	KARATE 19.00-20.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	
FITBOX 19.00-20.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	NIPPON KEMPO - MMA 21.00-22.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	PUGILATO 20.30-21.30 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	KARATE 18.00-19.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	
FITBOX 20.00-21.00 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	KARATE 18.00-19.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	AIKIDO 20.00-21.00 SAN LORENZO VIA PAPA GIOVANNI XXIII	KARATE 20.00-21.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	
AIKIDO 20.00-21.00 SAN LORENZO VIA PAPA GIOVANNI XXIII	KARATE 19.00-20.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	WING CHUNG 20.30-22.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	JU-JITSU DIFESA PERSONALE 19.00-20.30 PALESTRA REINA VIA DELLO SPORT 1	
KUNG FU 20.30-22.00 PALESTRA MANZONI VIA IV NOVEMBRE	KARATE 20.00-21.00 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI	KUNG FU 20.30-22.00 PALESTRA MANZONI VIA IV NOVEMBRE		
THAI CHI 20.30-22.00 PALESTRA MANZONI VIA IV NOVEMBRE		THAI CHI 20.30-22.00 PALESTRA MANZONI VIA IV NOVEMBRE		
JU-JITSU DIFESA PERSONALE 19.00-20.30 PALESTRA RAPIZZI VIA GRAMSCI				