

ORARI DEI CORSI DEL CENTRO BUDOKAN

DISCIPLINE OLISTICHE	Giorni	Orari
Tai Chi	Martedì – Venerdì (principianti) Lunedì – Giovedì (avanzati)	19.15-20.15 19.15 – 20.30
Yoga	Mercoledì	20.00-22.00
Pilates	Lunedì – Mercoledì	13.15-14.15
Yi Quan	Mercoledì Sabato	18.00-19.00 11.00-12.00
Chi Kung	Lezioni private	da concordare

ARTI MARZIALI

Shaolin Kung Fu	Lunedì – Mercoledì (principianti) Lunedì- Mercoledì (avanzati)	19.00-20.15 20.15-21.30
Kempo Karate	Martedì – Venerdì (principianti) Lunedì – Giovedì(avanzati)	20.15-21.15 20.30-22.00
Kendo	Lunedì – Giovedì Sabato	21.30-23.00 13.00-15.00
Ninjutsu	Martedì – Venerdì	21.00-22.30
Jeet Kune Do – KaliArnis Escrima	Martedì – Giovedì	19.15-20.30
I Liq Chuan	Mercoledì Sabato	19.00-20.00 12.00-1300
Judo	Lunedì – Giovedì	18.00-19.15
Capoeira	Lunedì – Mercoledì	18.00-19.00

SPORT DA COMBATTIMENTO

Sanda Chinese Boxing	Venerdì- principianti Venerdì- avanzati	19.00-20.15 20.00-21.00
Muay Thai-Kick boxing-K1	Martedì – Giovedì Venerdì	18.00-19.15 18.00-19.00



BAMBINI	Giorni	Orari
Judo	Lunedì – Giovedì	17.00-1800
Karate	Martedì – Venerdì	17.00-1800