

# PROGRAMMA CORSI NSD 2018/19 \*\* / prenotazione ai corsi obbligatoria

**09:00 - 13:00**

**14:00 - 17:00**

**18:00 - 20:00**

**20:00 - 22:00**



**LUNEDI**



9:00-10:30 METODO FRANKLIN

12:15-13:05 ZUMBA su iscrizione

13:05-13:55 PILATES\* su iscriz.

14:00 - 15:30 DANZA DEL VENTRE AVANZ.

15:30 - 16:40 DANZA DEL VENTRE

**15:15 - 16:05 FIT MAMMA&BEBÉ\***

16:30 - 17:15 **PRE DANZA\*** 4 - 5 ANNI

**17:20 - 18:05 PREPARATORIO\*** 5 - 7 ANNI

16:55 - 17:55 MODERN 9 - 12 ANNI

18:05-19:05 HIP HOP 9 - 12 ANNI

18:15-19:05 ZUMBA

19:10-20:10 HIP HOP CREW

19:15-20:45 SALSA INTERMEDI

20:10-21:10 KIZOMBA PRINCIPIANTI

20:50-22:20 SALSA INIZIATI

20:15-21:15 SALSA CUBANA INIZIATI

21:15-22:15 KIZOMBA INIZIATI



**MARTEDI**

10:00-11:00 **BALLET PROGRSS**

**TECHNIQUE** su iscriz

12:15-13:05 **PILATES** su iscriz.

14:30-15:30 **BALLIAMO 60+**

16:50-17:50 **CLASSICA&MODERNA** 5-7 ANNI

17.55-18:55 **CLASSICA&MODERNA** 8-12 ANNI

17:00-18:00 **HIP HOP** 6 - 9 ANNI

18:05-19:05 **HIP HOP** TEENAGER

19:00-19:50 **PILATES\***

19:15-20:45 **SALSA** PRINCIPIANTI

19:50-20:50 **BACHATA**

20:30-22:00 **TANGO ARG.** PRINCIPIANTI

20:50-22:15 **SALSA** AVANZATI



**MERCOLEDI**

11:00-12:00 PAV. PELVICO

15:00 - 16:00 **MODERN** 6 - 9 ANNI

16:05 - 16:50 **BABY DANCE** 3 - 5 ANNI

16:55 - 17:55 **HIP HOP** 6 - 9 ANNI

**15:10 - 15:55 PREDANZA** 4 - 5 ANNI

**16:00 - 16:55 PREPARATORIO** 5 - 7 ANNI

**17:00 - 17:45 PILATES** su iscrizione

18:00-19:00 **MODERN** TEENAGER

18:15-19:05 **ZUMBA**

19:05-20:05 **HIP HOP** TEENAGER

19:15-20:45 **TANGO ARG.** PRINCIPIANTI

**20:15-21:30 SALSA** PRINCIPIANTI

20:50-22:20 **TANGO ARG.** INTERM/AV



**GIOVEDI**

9:00-10:30 **DANZA DEL VENTRE AV**

12:00-13:00 **BALLET PROGRSS**

**TECHNIQUE** su iscriz

17:00-18:00 **BREAKDANCE** 6 - 12 ANNI

18:00-19:00 **BREAKDANCE** 10-15 ANNI

17:00 - 17:45 **BABY DANCE\*** su iscrizione

18:10-19:10 **MODERN** TEENAGER

19:25-20:25 **DANCE HALL** DA 16 ANNI

19:00-20:15 **DANZA DEL VENTRE** PRINCIP.

19:15-20:30 **BOOGIE & SWING** INIZIATI

20:30-22:00 **DANZA DEL VENTRE AV.**

20:40-21:40 **BOOGIE & SWING** PRINCIP



**VENERDI**

10:00-11:00 RINFORZO MUSCOLARE

18:00-19:00 **BREAKDANCE corso**  
*introduttivo e allenamenti guidati*

→DOMENICA