

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
					11.10 - 11.40 TRX Suspension Training (L'attività inizierà non appena sarà raggiunto il numero minimo di 4 iscritti)	IMPACT - Difesa Donne 2 Weekend al mese (Numero minimo: 4 iscritte)
	12.50 - 13.30 TRX Suspension Training (L'attività inizierà non appena sarà raggiunto il numero minimo di 4 iscritti)			12.50 - 13.30 TRX Suspension Training (L'attività inizierà non appena sarà raggiunto il numero minimo di 4 iscritti)		
	18.20 - 19.00 Functional Training			18.20 - 19.00 Functional Training		
17.30 - 18.30 Karate Bambini	19.00 - 20.00 Ju Jitsu		17.30 - 18.30 Karate Bambini	19.00 - 20.00 Ju Jitsu		18.30 - 19.45 Yoga
19.00 - 20.30 Karate Adulti	20.00 - 21.00 KFM Urban Weapon (da novembre)		19.00 - 20.30 Karate Adulti	20.00 - 21.00 MMA Free Fight Studing + KFM D&R (Attività a numero chiuso)		
20.30 - 22.00 KFM Urban X	21.00 - 22.00 Karate Cinture Nere		20.30 - 22.00 KFM Urban X			

È possibile prenotare incontri privati con servizio di personal trainer e attività fuori dall'orario sopra indicato (a seconda delle disponibilità del locale e degli Istruttori)

**Le attività sono riservate ai soci
Ingresso libero**