

ORARI MOMAS DANCE ACADEMY 2, Viale Dante 49 - Sestri Levante (GE) - ANNO ACCADEMICO 2020/2021

ATTENZIONE: I CORSI EVIDENZIATI IN ARANCIONE INIZIERANNO IL 1 OTTOBRE 2020

I CORSI DI FITNESS E WELLNESS EVIDENZIATI IN AZZURRO SONO SOGGETTI A **PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA**
 METODO ASHTANGA - METODO PILATES - YOGILATES VIA WHATSAPP AL NUMERO 347-6934997 (MANUELA)

METODO ZUMBA GOLD VIA WHATSAPP AL NUMERO 333-2719128 (ROSALBA)

METODO ZUMBA ORARI SERALI VIA WHATSAPP AL NUMERO 392-3627231 (AMINE)

METODO ZUMBA ORARI MATTINO E CIRCUIT VIA WHATSAPP AL NUMERO 347-1529830 (STEFANO)

ORARI	LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO
	SALA ORO	SALA ROSA	SALA ORO	SALA ROSA	SALA ORO	SALA ROSA	SALA ORO	SALA ROSA	SALA ORO	SALA ROSA	SALA ORO
9.00-9.15											
9.15-9.30											
9.30-9.45	METODO ASHTANGA 9.00 - 10,30										
9.45-10.00											
10.00-10.15											
10.15-10.30			METODO PILATES 10.00-11.00								
10.30-10.45											
10.45-11.00											
11.00-11.15											
11.15-11.30											
11.30-11.45											
11.45-12.00											
12.00-12.15											
12.15-12.30											
12.30-12.45											
12.45-13.00											
13.00-13.15											
13.15-13.30											
13.30-13.45											
13.45-14.00											
14.00-14.15											
14.15-14.30											
14.30-14.45											
14.45-15.00											
15.00-15.15											
15.15-15.30											
15.30-15.45	MUSICAL FITNESS TIPO ZUMBA GOLD 15.30-16.30										
15.45-16.00											
16.00-16.15											
16.15-16.30											
16.30-16.45											
16.45-17.00											
17.00-17.15			DANZA GIOCO 3-4 ANNI 16.45-17.30								
17.15-17.30	HIP HOP KIDZ 17.00-18.00										
17.30-17.45											
17.45-18.00											
18.00-18.15											
18.15-18.30	HIP HOP JUNIOR 18.15-19.15	CLASSICO 2 17.45-18.45	CLASSICO 1 17.45 - 18.45								
18.30-18.45											
18.45-19.00											
19.00-19.15											
19.15-19.30											
19.30-19.45	YOGILATES 19.30-20.30	HIP HOP INTERMEDIO 19.00- 20.00	HIP HOP INTERMEDIO 19.00- 20.00								
19.45-20.00											
20.00-20.15											
20.15-20.30											
20.30-20.45		HIP HOP AVANZATO 20.15-21.15	HIP HOP AVANZATO 20.15-21.15								
20.45-21.00											
21.00-21.15											
21.15-21.30											
21.30-21.45											
21.45-22.00											
22.00-22.15											
22.15-22.30											
22.30-22.45											

* Ai corsi agonistici si accede previa selezione da parte dei Docenti e della Direzione

Si precisa che la Direzione si riserva di rivedere il piano orario sulla base delle adesioni effettive ai corsi e dell'evolversi dell'emergenza sanitaria