

ORARI 2011-2012

STADIO MERCANTE

(Via Piave, 12 – Bassano del Grappa)

Lunedì e Giovedì:	17.00 - 18.00	Karate Jr. per Bambini
	18.00 - 19.00	Karate per Ragazzi
	19.00 - 20.00	Tai Chi Chuan stile Yang - Corso Principianti
	20.00 - 21.30	Kendo
Martedì e Venerdì:	07.00 - 08.00	Qi Gong
	17.00 - 18.00	Karate Ludico per Bambini
	18.00 - 19.00	Karate per Ragazzi
	19.00 - 20.00	Tai Chi Chuan stile Yang - 1^ ora
	20.00 - 21.00	Tai Chi Chuan stile Yang - 2^ ora
	21.00 - 22.00	Karate Makotokai per Adulti
	22.00 - 22.30	Integrazione per Dan & Agonisti (facoltativa per Kyu)
Mercoledì:	17.30 - 19.00	Best Fighter
	19.00 - 20.30	Orario Ricevimento - Il Maestro è a vostra disposizione!
	20.30 - 21.30	Difesa Personale
Sabato:	13.00 – 14.00	Approfondimento per Istruttori di Tai Chi Chuan
	14.30 - 16.00	Corsi riservati alle cinture nere (tutte le età)
	16.00 - 17.00	Corso Agonisti per Adulti

INFO:
cell. 340.416.5310

e-mail: info@shinpo.it

sito: www.shinpo.it

PALA ANGARANO

(Q.re XXV Aprile, 2 – Bassano del Grappa)

Lunedì e Giovedì:	09.00 - 10.00	”Taiso” il salutare stretching delle arti marziali
	10.00 - 11.00	Tai Chi Chuan stile Chen
	16.45 - 17.45	Karate Ludico
	17.45 - 18.45	Karate per Ragazzi
	19.00 - 20.00	Tai Chi Chuan stile Chen
	20.00 - 21.00	Karate Makotokai per adulti
	21.00 - 21.30	Integrazione per Dan & Agonisti (facoltativa per Kyu)
Martedì e Venerdì	17.00 - 18.00	Karate Jr. per Bambini
	18.00 - 19.00	Karate per Ragazzi
	19.00 - 20.00	Tai Chi Chuan stile Chen
	20.00 - 21.00	Karate Adulti (novizi)
Mercoledì:	17.00 -18.00	Corso Agonisti - Kata
	18.00 - 19.00	Corso Agonisti – Kumite
	19.00 - 20.00	Taiso, lo Stretching delle Arti Marziali
	20.00 - 21.00	Tai Chi Chuan stile Chen
	21.00 - 22.00	Weight Training (da novembre a febbraio)

VALSTAGNA

(via Mons. Dalla Zuanna, 11 - Valstagna)

Lunedì e Mercoledì	20.00-21.00	Tai Chi Chuan stile Yang
Martedì e Venerdì	18.00-19.00	Karate Jr. per Bambini e Ragazzi