



Ente di Promozione Sportiva
Riconosciuto dal Coni



ASD Polisportiva S.Rita

Via Frignani, 120 - 41100 Modena – Tel. e Fax 059 351143 – Settore
Potenziamento: 059 352185 – www.polsantarita.it – info@polsantarita.it

OTTOBRE 2011 / MAGGIO 2012

SALA N°1

• JUDO: Bambini e ragazzi fino a 14 anni (Giovanni)	LUN / GIO	18.00-19.15
• ARTE MARZIALE ITALIANA ANTICA: (Andrea T.)	LUN / GIO	19.30-21.00
• T.D.S. / MMA / JKD: (Andrea T. /Michele)	LUN / GIO	21.00-23.00
• FITNESS MARZIALE / AUTODIFESA: (Enrico)	MAR / VEN	18.30-19.30
• WING TSUN / Difesa Personale: (Andrea)	MAR / VEN	19.30-20.45
• SANDA / SANSHOU/ Difesa Personale : (Andrea)	MAR / VEN	20.45-22.00

SALA N° 2

➤ GIN. GENERALE MISTA: (Franco)	LUN / GIO	18.30-19.30
➤ GIN. GENERALE MISTA: (Wilmer)	LUN / GIO	19.30-20.30
➤ YOGA : (Anna Laura)	LUN / GIO	21.00-22.15
➤ WUSHU: Ragazzi 14/17 (Guido)	MAR / VEN	16.00-17.00
➤ GIOCO MARZIALE Fino a 7 Anni (Guido)	MAR / VEN	17.00-18.00
➤ WUSHU Bambini 8/13 (Guido)	MAR / VEN	18.00-19.00
➤ WUSHU: Ragazzi / Adulti (Massimiliano)	MAR / VEN MER MER	19.00-20.30 20.00-21.00 21.00-22.00
• GONG FU (le origini del KUNG FU) : (Xu Hao)	MAR / VEN	20.30-21.45
• WUSHU AVANZATO E AGONISTI: (Xu Hao)	MER SAB	16.00-19.00 15.00-18.00
• KUNG FU TRADIZIONALE : (Xu Hao)	MER	19.00-20.00

SALA N° 3

➤ GIN. GENERALE MISTA: (Franco)	MER	18.30-19.30
• TAIJI QUAN : (Francesco)	MAR / VEN	19.00-21.00
• SHAOLIN : (Michelangelo)	LUN / GIO	19.00-20.30
• YI QUAN – TAI CHI : (Michelangelo)	LUN / GIO	20.30-22.00

SETTORE POTENZIAMENTO

• FIT- BOXE: (Tina)	MER / VEN	13.00-13.45
➤ GIN. GENERALE FEMMINILE: (Daniela)	LUN / MER / VEN	14.00-15.00
➤ G.A.G. (Daniela)	MAR / GIO	18.00-19.00
➤ GIN. BRUCIA GRASSI : (Judith)	LUN / MER	18.15-19.10
• PILATES / TONIFICAZIONE : (Judith)	LUN / MER	19.15-20.10
➤ GIN. TOTAL BODY: (Judith)	LUN / MER	20.15-21.10
• KUNG FU TRADIZIONALE : (XU HAO)	VEN	19.00-20.25
➤ GINN. GENERALE “Corpo Libero”: (Sabrina)	MAR / GIO	19.00-20.00
• FIT- BOXE: (Tina)	MAR / GIO	20.00-20.45
➤ PESISTICA: (Franco – Lorenzo – Ivan)	LUN MER / VEN MAR / GIO	13.00-22.00 11.00-22.00 15.00-22.00

QUOTA ASSOCIATIVA € 30,00 OBBLIGATORIA PER TUTTI

QUOTA MENSILE € 55,00-TRIMESTRALE € 150,00- ANNUALE € 420,00

- **LA QUOTA CONSENTE DI FREQUENTARE TUTTI I CORSI CON QUESTO SIMBOLO.**
- **LA QUOTA CONSENTE DI FREQUENTARE UN SOLO CORSO CON QUESTO SIMBOLO.**
- **PER OGNI ALTRO CORSO CON LO STESSO SIMBOLO SUPPLEMENTO DI € 30,00**
- **PER OGNI ALTRO CORSO CON LA FRECCIA SUPPLEMENTO DI € 20,00**

I CORSI IN AZZURRO E VERDE HANNO DIVERSE MODALITA' DI PAGAMENTO, CHIEDERE!!!