

## ORARIO CORSI - Sede di via Adriatico (zona Niguarda)

	<b>Corso</b>	<b>Orario</b>	<b>Livello</b>
<b>Lun</b>	Ginnastica dolce più stretching	9:30	
	Ginnastica dolce più stretching	10:30	
	Ginnastica dolce più stretching	17:20	
	Ginnastica dolce più stretching	18:20	
	Zumba strong	19:30	
	Ballo liscio (tango, valzer ecc.)	20:30	Avanzato
	Danze latine (cha cha, rumba ecc.)	21:30	Avanzato
<b>Mar</b>	Yoga Kundalini (lezione di ore 1 e 30 minuti)	10:00	
	Danza propedeutica	17:00	3-5 anni
	Danza moderna + hip hop	18:00	6-9 anni
	Balli di gruppo	19:00	Intermedio
	Balli di gruppo	19:45	Avanzato
	Ballo liscio (tango, valzer ecc.)	20:30	Intermedio
Danze latine (cha cha, rumba ecc.)	21:30	Intermedio	
<b>Mer</b>	Pilates	9:30	
	Yoga Kundalini (lezione di ore 1 e 30 minuti)	17:00	
	Pilates	18:30	
	Zumba	20:00	
	Ballo liscio (tango, valzer ecc.)	21:00	Principiante
	Danze latine (cha cha, rumba ecc.)	22:00	Principiante
<b>Gio</b>	Ginnastica dolce più stretching	9:30	
	Ginnastica dolce più stretching	10:30	
	Pilates	12:45	
	Ginnastica dolce più stretching	17:30	
	Ginnastica dolce più stretching	18:30	
	GAG - Aerobica - Stretching	19:30	
	Danza del ventre	20:30	Principiante
	Danza del ventre	21:15	Intermedio
Tango argentino	22:00	Principiante	
<b>Ven</b>	Danza moderna + hip-hop	17:00	6-9 anni
	Danza moderna + hip-hop	18:00	10-15 anni
	Balli di gruppo	19:00	Principiante
	Boogie Woogie	20:00	Principiante
	Danze caraibiche (Salsa - Bachata)	21:00	Principiante
	Danze caraibiche (Salsa - Bachata)	22:00	Avanzato
<b>Sab</b>	Boogie Woogie	15:00	Intermedio
	Musical	16:00	
	Boogie Woogie	17:00	Principiante
	Boogie Woogie	18:00	Intermedio

I corsi sono a numero chiuso.

## Listino prezzi 2018/19 (abbonamenti bimestrali per 8 o 16 lezioni)

Specialità	4 lezioni mensili	8 lezioni mensili
Ballo liscio (tango, valzer ecc.) Danze latine (cha cha, rumba ecc.) 1 lez. ballo liscio + 1 lez. danze latine	€ 25,00 € 25,00	€ 35,00
Danze caraibiche (Salsa – Bachata) - livello principianti - livello intermedio – avanzato	€ 22,00 € 25,00	€ 35,00
Balli di gruppo: - livello principianti - livello intermedio/avanzato	€ 22,00 € 25,00	€ 35,00
Danza moderna, Hip Hop (per bambine/i e ragazze/i) Danza propedeutica (per bambine/i dai 3 ai 5 anni)	€ 22,00 € 22,00	€ 35,00 € 35,00
Tango Argentino - livello principianti	€ 25,00	
Boogie Woogie - livello principianti - livello intermedio	€ 22,00 € 25,00	€ 35,00
Zumba G.A.G. + Aerobica + Stretching	€ 25,00 € 25,00	€ 35,00
Danza del ventre: - livello principianti - livello intermedio	€ 22,00 € 25,00	€ 35,00
Ginnastica dolce più stretching Yoga Kundalini (lezione di ore 1 e 30 minuti)	€ 20,00 € 30,00	€ 25,00
Pilates (per chi frequenta un secondo corso, il Pilates è offerto al 50%)	€ 40,00	

Lezioni al mattino, pomeriggio e sera.



# OPEN DAY 2018/2019

2018  
DOMENICA  
16  
SETTEMBRE

## PROGRAMMA

09.30 GINNASTINA DOLCE  
10:00 PILATES  
10:45 YOGA  
14:00 BALLI DI GRUPPO  
14:45 DANZA DEL VENTRE  
15:30 BALLO LISCIO  
16:15 DANZE LATINE  
(RUMBA, PASO DOBLE ECC)  
17:00 CARAIBICO  
(SALSA, BACHATA)  
17:45 ZUMBA  
18:30 BOOGIE WOOGIE  
19:15 TANGO ARGENTINO

PROVA GRATIS  
LE NOSTRE DISCIPLINE

IMPARA A BALLARE E  
RIMETTITI IN FORMA  
DIVERTENDOTI



NIGUARDA

VIA ADRIATICO 30

Per info: Santina 335 6866403