

WEEKEND DI MAGGIO 2022

| | | |
|-----|----|---|
| VEN | 6 | ore 19-20.30 WALKING per OVER 65 e DONNE - RUNNING (neofiti) per DONNE (Atletica Corriferrara) ore 17.30-18.30 YOGA per DONNE (Well Fit) |
| SAB | 7 | ore 8-10 RUNNING (esperti) per DONNE (Atletica Corriferrara) • ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-11 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) • ore 17-19 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) |
| DOM | 8 | ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-12 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) • ore 17-19 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) |
| VEN | 13 | ore 19-20.30 WALKING per OVER 65 e DONNE - RUNNING (neofiti) per DONNE (Atletica Corriferrara) ore 17.30-18.30 YOGA per DONNE (Well Fit) |
| SAB | 14 | ore 8-10 RUNNING (esperti) per DONNE (Atletica Corriferrara) • ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-11 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) • ore 17-19 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) |
| DOM | 15 | ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-12 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) • ore 17-19 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) |
| VEN | 20 | ore 19-20.30 WALKING per OVER 65 e DONNE - RUNNING (neofiti) per DONNE (Atletica Corriferrara) ore 17.30-18.30 YOGA per DONNE (Well Fit) |
| SAB | 21 | ore 8-10 RUNNING (esperti) per DONNE (Atletica Corriferrara) • ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 9-10 HIP HOP per RAGAZZI 6-11 anni (Gruppo Teatro Danza) • ore 10-11 HIP HOP per RAGAZZI 11-18 anni (Gruppo Teatro Danza) ore 10-11 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) • ore 17-19 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) |
| DOM | 22 | ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 9-10 HIP HOP per RAGAZZI 6-11 anni (Gruppo Teatro Danza) • ore 10-11 HIP HOP per RAGAZZI 11-18 anni (Gruppo Teatro Danza) ore 10-12 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) • ore 17-19 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) |
| VEN | 27 | ore 19-20.30 WALKING per OVER 65 e DONNE - RUNNING (neofiti) per DONNE (Atletica Corriferrara) ore 17.30-18.30 YOGA per DONNE (Well Fit) |
| SAB | 28 | ore 8-10 RUNNING (esperti) per DONNE (Atletica Corriferrara) • ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-11 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) • ore 17-19 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) |
| DOM | 29 | ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-12 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) • ore 17-19 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) |

WEEKEND DI GIUGNO 2022

| | | |
|-----|----|--|
| VEN | 3 | ore 19-20.30 WALKING per OVER 65 e DONNE - RUNNING (neofiti) per DONNE (Atletica Corriferrara) ore 17.30-18.30 YOGA per DONNE (Well Fit) |
| SAB | 4 | ore 8-10 RUNNING (esperti) per DONNE (Atletica Corriferrara) • ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-11 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) • ore 17-19 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) |
| DOM | 5 | ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-12 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) • ore 17-19 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) |
| VEN | 10 | ore 19-20.30 WALKING per OVER 65 e DONNE - RUNNING (neofiti) per DONNE (Atletica Corriferrara) ore 17.30-18.30 YOGA per DONNE (Well Fit) |
| SAB | 11 | ore 8-10 RUNNING (esperti) per DONNE (Atletica Corriferrara) • ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-11 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) • ore 17-19 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) |
| DOM | 12 | ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-12 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) • ore 17-19 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) |
| VEN | 17 | ore 19-20.30 WALKING per OVER 65 e DONNE - RUNNING (neofiti) per DONNE (Atletica Corriferrara) ore 17.30-18.30 YOGA per DONNE (Well Fit) |
| SAB | 18 | ore 8-10 RUNNING (esperti) per DONNE (Atletica Corriferrara) • ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-11 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) • ore 17-19 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) |
| DOM | 19 | ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-12 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) • ore 17-19 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) |
| VEN | 24 | ore 19-20.30 WALKING per OVER 65 e DONNE - RUNNING (neofiti) per DONNE (Atletica Corriferrara) ore 17.30-18.30 YOGA per DONNE (Well Fit) |
| SAB | 25 | ore 8-10 RUNNING (esperti) per DONNE (Atletica Corriferrara) • ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-11 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) • ore 17-19 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) |
| DOM | 26 | ore 9-10 FLOW FIT per DONNE (Well Fit) ore 10-12 DIFESA PERSONALE per DONNE (Ren Bu Kai) • ore 17-19 KARATE per RAGAZZI 5-17 anni (Ren Bu Kai) |