Società Sportiva Dilettantistica BUSHI Dal 1986

Società Sportiva Dilettantistica Bushi
Via dei Villini 32, 00067 Morlupo (RM)
Tel. 06 9071444 · info@palestrabushi.it

Discipline — orario settimanale

7 discipline

Lunedì

15:45–16:45
Aerea Teen & Adult · dai 16 anni
Discipline Aeree

16:40–17:40
Aerea Junior · circa 11-15/16 anni
Discipline Aeree

17:30–18:30
Aerea Kids · 7-11 anni
Discipline Aeree

17:30–18:30
Karate Bambini

18:30–19:30
Karate Ragazzi e Adulti

18:30–19:50
Karate · Cinture Avanzate

Martedì

16:10–17:00
Propedeutica
Ginnastica Artistica

17:00–18:00
Base
Ginnastica Artistica

17:00–18:30
Avanzato
Ginnastica Artistica

17:15–18:15
Pre-Pugilistica Ragazzi

18:00–20:00
Agonismo e Preagonismo
Ginnastica Artistica

18:15–19:15
Pre-Pugilistica Adulti

Mercoledì

15:45–16:45
Aerea Teen & Adult · dai 16 anni
Discipline Aeree

16:40–17:40
Aerea Junior · circa 11-15/16 anni
Discipline Aeree

17:30–18:30
Aerea Kids · 7-11 anni
Discipline Aeree

17:30–18:30
Karate Bambini

18:30–19:30
Karate Ragazzi e Adulti

18:30–19:50
Karate · Cinture Avanzate

Giovedì

16:10–17:00
Propedeutica
Ginnastica Artistica

17:00–18:00
Base
Ginnastica Artistica

17:00–18:30
Avanzato
Ginnastica Artistica

17:15–18:15
Pre-Pugilistica Ragazzi

18:00–20:00
Agonismo e Preagonismo
Ginnastica Artistica

18:15–19:15
Pre-Pugilistica Adulti

Venerdì

17:00–18:30
Agonismo e Preagonismo
Ginnastica Artistica

18:30–19:30
Karate Ragazzi e Adulti

18:30–19:50
Karate · Cinture Avanzate

Sabato

09:30–12:30
Kenjutsu

14:30–16:30
Kobudo
una volta al mese

Domenica

09:30–12:30
Iaido
una volta al mese

Karate · 60 min · 80 min per le cinture avanzate · Dai 6 anni in su

Kenjutsu · 3 ore, il sabato mattina · Ragazzi e adulti

Iaido · 3 ore, una lezione al mese · Adatto anche a chi non ha esperienza marziale

Kobudo · 2 ore, una lezione al mese · Consigliato a chi ha già una base di arti marziali

Prepugilistica · 55 min · Dai 12 anni

Ginnastica Artistica · Da 50 a 120 min, secondo il livello · Bambine e bambini dai 4 anni

Discipline Aeree · 60 min · Bambini dai 7 anni e adulti