

ATTIVITÀ SPORTIVE

DAL 19/09/22 AL 01/06/23

Bambini
 Adulti
 Over 65
 Sede AG Velitrae
 (Via S. Giovanni Vecchio, 79a)

	LUN	MART	MERC	GIOV	VEN
9:30		Ginnastica dolce e per la 3 ^a età		Ginnastica dolce e per la 3 ^a età	
10:30		Ginnastica generale total body		Ginnastica generale total body	
11:30		Zumba Fitness		Zumba Fitness	
12:30					
16:30	Ginnastica artistica 1 bambine	Attività motoria	Ginnastica artistica 1 bambine		Attività motoria
17:00					
17:30	Karate 1 bambini	Judo 1 bambini	Tai Chi Chuan - Qi Gong	Karate 1 bambini	Ginnastica artistica 2 ragazze
18:00					
18:30	Karate 2 bambini/ragazzi (inclusivo)	Judo 2 ragazzi	Karate 2 (inclusivo)	Attività per disabili con attrezzi	Judo 2 ragazzi
19:00					
19:30	Karate 3 ragazzi/adulti	Karate tradizionale	Karate 3 ragazzi/adulti	Karate tradizionale	Ginnastica artistica 2 ragazze
20:30					Karate 2 bambini/ragazzi (inclusivo)
21:30	Difesa personale	Danza Reggaeton	Difesa personale	Danza Reggaeton	

ISCRIZIONI

La segreteria P.E.S. per informazioni e iscrizioni sarà aperta presso il Polo tutti i giovedì dalle 17:00 alle 19:30. Le iscrizioni saranno raccolte fino a esaurimento posti.



PARTNERS:



ATTIVITÀ CULTURALI

DAL 3/10/22 AL 01/06/23

- Attività per bambini e ragazzi
- Operatrice specializzata nell'aiuto compiti

	LUN	MART	MERC	GIOV	VEN
15:00	Aula studio		Aula studio <i>(16:00-17:00 operatrice specializzata nell'aiuto compiti)</i>		Aula studio
17:00	Laboratorio bambini (6-8 anni)		Laboratorio bambini/ragazzi (9-12 anni)	Dama/scacchi e sport della mente (bambini/e)	Laboratorio ragazzi (13 anni+)
18:00	Dama/scacchi e sport della mente (ragazzi/e)				

19:00

Calendario laboratori per bambini e ragazzi:

Ott-Nov: Scrittura creativa
Dic-Gen: Inglese

Feb-Mar: Scrittura creativa
Apr-Mag: Inglese



IMPORTANTE

Tutte le attività del progetto P.E.S. verranno riproposte ciclicamente durante l'anno per permettere a più utenti possibili di prendervi parte. Ogni beneficiario può iscriversi a tutte le attività che desidera ma, terminato un ciclo, potrà iscriversi di nuovo alla stessa attività solo al termine della raccolta iscrizioni e se ci saranno posti liberi.

CONTATTI

Via di Cori Velletri (RM)
info.toukon@gmail.com
328.7468762 / 331. 3744248

FOLLOW US



PES Velletri
Toukon Accademia di Arti Marziali

PROMOSSO DA

SPORT
E SALUTE