

A.S.D. MIRIADE

STAGIONE SPORTIVA 2023 – 2024

Whatsapp 371 3752610 | info@asdmiriade.com | IG: asdmiriade | FB: Gruppo Miriade

ASD MIRIADE SEDE BARZILAI: Via Salvatore Barzilai, 234

| SETTORE DANZA CLASSICA E MODERNA | GIORNI | ORARI | PROMOZIONE DANZA CLASSICA + DANZA MODERNA | |
|---|--|---|---|--|
| Danzatrità* (sala B) 12-36 mesi | Mercoledì (12-18 mesi) Mercoledì (24-36 mesi) | 16:30 - 17:15 17:15 - 18:00 | Pre Accademico (2h Classica + 1h Moderna) | |
| Movimento creativo/ I liv. Propedeutica 4 - 6 anni (2020-2019) | Mercoledì | 17:00 - 17:45 | Pre Accademico (2h Classica + 2h Moderna) | |
| II liv. Propedeutica/ Pre Accademico 7 - 10 anni (2017 - 2014) | Mercoledì Venerdì | 18:00 - 19:00 | Principianti Accademico (3h Classica + 1h Moderna) | |
| Principianti Accademico (2013 -2010) 11-14 anni | Lunedì Venerdì | 18:00 - 19:30 15:30 - 17:00 | Principianti Accademico (3h Classica + 2h Moderna) | |
| Intermedio/Avanzato Accademico 15+ (a partire da 2010) | Martedì Giovedì Venerdì | 15:30 - 17:00 15:30 - 17:00 19:00 - 20:00 | Intermedio Accademico (4h Classica + 1h Moderna) | |
| C. Principianti/Intermedio Moderna 10 – 14 anni (2007 - 2009) | Lunedì Venerdì | 17:00 - 18:00 | Intermedio Accademico (4h Classica+2h Moderna) | |
| C. Avanzato Moderna 15+ (a partire da 2009) | Martedì Giovedì | 17:00 - 18:00 | | |

*Terza lezione su convocazione

| SETTORE PILATES (Corpo libero + Attrezzi) | GIORNI | ORARI |
|---|-----------|--------------------------------|
| Pilates Matwork | Lun - Mer | 19:30 - 20:30 |
| Pilates Studio (sedute individuali o minigruppo da 2 a 4 persone, con macchinari e scheda personalizzata, su appuntamento) | Martedì | 18:15 - 19:15 19:30 - 20:30 |
| | Giovedì | 18:15 - 19:15 19:30 - 20:30 |
| | Venerdì | 10:00 - 11:00 |
| | Sabato | 10:00 - 11:00 |

| SETTORE CORSI ADULTI | GIORNI | ORARI |
|--|-------------------------------|---|
| Yoga (Sala B) | Lunedì Lunedì Mercoledì | 18:30 - 19:30 19:30 - 20:30 18:30 - 19:30 |
| Taekwondo - Autodifesa | Martedì Giovedì | 18:00 - 19:00 |
| Prepugilistica Junior (8 - 13 anni) | Martedì Giovedì | 19:00 - 20:00 |
| Prepugilistica Senior (dai 13 anni) | Lun - Mer - Ven | 20:30 - 21:30 |
| Calisthenics(dai 13 anni) | Martedì Giovedì | 20:00 - 21:30 |
| Special Volley | Sabato (Sala A) | 11.20 - 12:20 |

ASD MIRIADE SEDE PETROCELLI: Via G.Capograssi, 37 (Palestra Scolastica IC Raffaello)

| SETTORE JUDO* | GIORNI | ORARI | SETTORE GINNASTICA ARTISTICA | GIORNI | ORARI |
|---|--|---|---|------------------|--------------------------------|
| Prejudo 3 - 5 anni* (2021-2019) | Mar - Gio | 16:45 - 17:30 | Base 2017 (primo anno) - 2021 | Mar - Gio | 16:45 - 17:30 |
| Judo fanciulli 6 - 9 anni * (2018-2015) | Mar - Gio | 17:30 - 18:30 | Intermedio - Avanzato 2017 (secondo anno) - 2011 (e precedenti) | Mar - Gio Sab | 17:30 - 18:30 14:30 - 16:00 |
| Judo ragazzi * 10 - 13 anni (2014-2011) | Mar - Gio | 18:30 - 20:00 | Preagonistica (solo atlete selezionate) | Mar - Gio Sab | 18:30 - 20:00 14:30 - 16:30 |
| Judo Adulti * dai 14 anni (2010) | Lun-mer-ven I.C. Corradini | 18:00 -20:00 | Agonistica (solo atlete selezionate) | Mar - Gio Sab | 18:30 - 20:30 15:30 - 17:30 |
| Judo ragazzi avanzato * 10 - 13 anni (2014-2011) | Mar - Gio (Mondrian) Lun (Rossini) Ven (Corradini) | 18:30 - 20:00 17.30 - 19:00 18:00 - 20:00 | | | |
| Agonistica ** | Lun-mer-ven (I.C. Corradini) Mar-Gio (I.C. Corradini) Sabato (I.C. Corradini) | 18:00 - 20:00 16:00 - 18:00 10:30 - 12:30 | | | |

TUTTI GLI ORARI POTREBBERO ESSERE SOGGETTI A VARIAZIONI

Si garantisce l'inizio del corso a raggiungimento del numero di partecipanti minimo previsto.
Al fine di garantire il corretto svolgimento del programma del corso,
saranno accettate iscrizioni fino al raggiungimento del numero massimo di partecipanti previsto.