

ORARIO MAKOTO SETTEMBRE 2023 In lingua Italiana e Inglese

LUNEDÌ

07.00 - 07.45 TICAQ GONG SHU **ONLINE (ITA e ENG)**
19.00 - 20.00 YANG TAIJQUAN MULTILIVELLO **ONLINE (ITA e ENG)**
20.00 - 21.00 YANG TAIJQUAN BASE **ONLINE (ITA e ENG)**
20.00 - 21.00 K-WORK **ONLINE/PRESENZA (ITA)**

MARTEDÌ

07.00 - 07.45 QI GONG **ONLINE (ITA e ENG)**
13.00 - 14.00 K-WORK **ONLINE/PRESENZA (ITA)**
14.15 - 15.30 BAGUAZHANG **ONLINE/PRESENZA (ITA e ENG)**
18.00 - 19.00 BAJIQUAN **ONLINE/PRESENZA (ITA e ENG) NEW!**
19.00 - 20.00 YANG TAIJQUAN AV. **ONLINE/PRESENZA (ITA e ENG)**

MERCOLEDÌ

07.00 - 07.45 TAIJQUAN **ONLINE (ITA e ENG)**
09.00 - 10.00 QI GONG **ONLINE/PRESENZA (ITA e ENG)**
13.00 - 14.00 KARATE MULTILIVELLO **ONLINE/PRESENZA (ITA e ENG)**
19.00 - 20.30 CHEN TAIJI AV. **ONLINE/PRESENZA (ITA e ENG)**
20.30 - 22.00 BAJIQUAN **ONLINE/PRESENZA (ITA e ENG) NEW!**

GIOVEDÌ

07.00 - 07.45 TICAQ GONG SHU **ONLINE (ITA e ENG)**
13.00 - 14.00 K-WORK **ONLINE/PRESENZA (ITA)**
14.15 - 15.30 BAGUAZHANG **ONLINE/PRESENZA (ITA e ENG)**
18.00 - 19.00 BAJIQUAN **ONLINE/PRESENZA (ITA e ENG) NEW!**
19.00 - 20.00 YANG TAIJQUAN AV. **ONLINE/PRESENZA (ITA e ENG)**
20.00 - 21.00 K-WORK **ONLINE/PRESENZA (ITA)**

VENERDÌ

07.00 - 07.45 TAIJI GONG Lezioni speciali - Special lessons **ONLINE (ITA e ENG) NEW!**