

Le età sono indicative. Dipende dalla preparazione dell'allievo/a

Orari Academy Dance & Fitness L ASD 2022/23 suddivisi per Giorni e Insegnanti

Orario	Lunedì			Martedì			Mercoledì			Giovedì			Venerdì			Sabato			Studio 4	
	Studio 1 P.T	Studio 2 P.1°	Studio 3 P.2°	Studio 1 P.T	Studio 2 P.1°	Studio 3 P.2°	Studio 1 P.T	Studio 2 P.1°	Studio 3 P.2°	Studio 1 P.T	Studio 2 P.1°	Studio 3 P.2°	Studio 1 P.T	Studio 2 P.1°	Studio 3 P.2°	Studio 1 P.T	Studio 2 P.1°	Studio 3 P.2°		
9,45																Danzatriticità ValeP			9,45	
10,00		Yoga Sofia			Pilates Marta							Pilat anche anti cellulite Marta							10,00	
10,30																Prop 0 GiocoD Vale P			10,30	
11,15																Prop 1 Vale P			11,15	
12,15	Fitness coaching Wellness Program con Marta del Nero vedi https://www.academydanza.com/fitness/fitness-coaching-wellnes-program/ e scrivi WA +39 333 704 6093									Pilates con macchinari in uno studio dedicato con Iskra Suanes Arango e Marta Del Nero.							Contemporaneo * Vale P		12,15	
14,00																	Academy Dancers Modern e Hip hop		14,00	
14,15																			14,15	
15,00								Open Class Hip Hop Ste									Open Class Hip Hop Ste		15,00	
15,30			Video Dance Int. Vale M **												Classico ValeP Accademico 2 **			Academy Dancers Video	15,30	
16,00	Danzatriticità # Camy da 20 a 40 mesi					Video Dance Int Av														
16,45	Prop0 Gioco Danza # Camy 3,5 -4 anni		Acrodanza 1 ValeM 8-10																	
17,00		Modern Int. Av Ile 13-15		Break Dance2 BBoy japo	Prop 3 Vale P 7-8	Mod. 2 ValeM 9-10	Cerchio Aereo Camilla	Modern Int. Av Ile 13-15	Hip Hop 2A e B Ste 9-12	Mod 2 Sofia 9-10	Prop 3 Vale P 7 8	Mod. 4 Vale M 12-13	Proped2 ValeP 6-7	Hip Hop1 Ste 7-9	Acrodanza 1 ValeM 8-10					
17,15																				
17,30	Prop 1 Camy 5-6																			
17,45			Acrob 1 # Vale M 6-7																	
18,00		Mod. Av Ile**		Break Dance1 BBoy japo	Class Preacc2 Vale P 9-11	Mod4 ValeM 12-13	Cerchio Aereo Camilla	Hip Hop3 Ile 12-15	Hip Hop adulti Ste	XXXXXXX	Class Preacc2 Vale P 9-11	Acrobat 2 ValeM 7-8	Class Preacc 2 Vale P	Hip Hop2 A Ste 9-11	Acrodanza 2 ValeM 8-10					
18,30	Prop 2 Camy 6-7																			
18,45			Acrodanza 2 ValeM da 11 anni																	
19,00					Class Accad 1 Vale P 11-12 **	Mod3 Vale M 10-11		Mod. Av. Ile**	Video D ** anni 12-14 ValeM		Class Accad 1 Vale P 11-12 **	Mod3 Vale M 10-11	Classico ValeP Accad.1 (punte)	Video Dance Int. Av ValeM H 2	Hip Hop2 B Ste 10-12					
19,15	Yoga Sofia	Total Body Marta		Pole Dance Camilla			Pole Dance Camilla			Pole Dance Camilla										
19,30	Pole Dance Camilla f		Pilates Vale M																	
19,45																				
20,00						Pilates Vale M.												Pilates ValeP		
20,15				Pole Dance Camilla			Yoga Sofia			Pole Dance Camilla										
20,30		Salsa on 1 Base2 Erica-Chino			Zumba Iskra			Dance Fit ValeM	Pilat anche anti cellulite Marta		Zumba Iskra									
20,45	Pole Dance Camilla		Salsa on 1 Base Ramon																	
21,00						Moderno Base+ Adulti Vale M								Salsa on 1 Int- Av Erica e Ramon	Classico Adulti Vale P.	Fine lez Video				
21,15				Pole Dance Camilla																
21,30		Salsa on 1 ** coppia+pasitos + Interm Erica-																		
21,45			Bachata Base Ramon																	
22,00																				
22,30																				
23,00																				
	Durata lezioni: 1 h = 55 minuti ; con un * 1h e 15 minuti; con 2** 1h e 30 minuti; Musical 3 h ; # 45 minuti										# Danzaticità e Gioco danza 45 minuti									
	Danza: Ilenia Japo Camilla E Stefano Valentina M Valentina P																			
	Danza Aerea: Camilla G Carabici Salsa e Bachata: Erica S.; Chino; Ramon			Danza Del Ventre: Leila																
	Area Fitness: Iskra Marta Sofia Valentina M Valentina P																			
	Musical: Regia: Daniela G. Canto Mattia I. Danza Erica E. Recitazione Francesca C.																			

Sala dedicata a Pilates Studio con Iskra e Marta del Nero Orari su appunt.to - Personal - Duetto - gruppi di 3/4 persone

Musical 1 e 2° Liv. da h 15.30 a h 18,30 Danza:Tip Tap: Erica Epis Recitazione: Francesca Canova Canto: Mattia Inversi