

Orari e quote 2023/24

| SETTORE | GIORNI | ORARIO | QUOTE MENSILI |
|---|--|---|---|
| KARATE e Autodifesa | Lunedì, Mercoledì e Venerdì | 16.00/17.00 17.00/18.00 18.00/19.00 | € 49,00 (2 ore sett.) € 60,00 (3/4 ore sett.) € 65,00 (5-6 ore sett.) |
| Wing Chun | Lunedì e Mercoledì | 18.00/19.00 19.00/20.00 20.00/21.00 | € 50,00 (2 ore sett.) € 80,00 (4 ore sett.) |
| Autodifesa e Krav Maga | Lunedì e Mercoledì | 19.00/20.00 | € 49,00 |
| KICK BOXING & MMA | Lunedì, Mercoledì e Venerdì Settore giovanile: Martedì e Giovedì | 20.00/21.30 18.00/19.00 | € 60,00 € 49,00 |
| GRAPPLING BJJ | Martedì e Giovedì Venerdì | 19.00/20.30 19.00/20.00 | € 60,00 |
| RIATTIVAZIONE MOTORIA ADULTI | Lunedì e Mercoledì | 16.00/17.00 17.00/18.00 | € 49,00 |
| INCONTRI ONLINE: Gestione Situazioni a Rischio | GIOVEDÌ | 18.30/19.30 | Ogni tipologia di incontro online: € 40,00 + quota settore per i soci. € 50,00 Per i non soci N° 2 settori ONLINE € 60,00 mensili Le quote si intendono per ogni partecipante ONLINE |
| Il Maestro Racconta | MARTEDÌ | 18.30/19.30 | |
| BUSHIDONLINE La Via del Guerriero tra Arti Marziali, Alimentazione e Salute | SABATO | 18.30/19.30 | |

PRENOTAZIONE FACOLTATIVA

N° 1 ingresso singolo dal lunedì al venerdì € 10,00 (quota non valida se il corso è con meno di 5 persone)

Settore + Sala Pesì: quota settore + € 15,00 MMA /KICK BOXING + Grappling € 85,00; MMA /KICK + Grappling + Sala Pesì € 95,00

N° 10 ingressi (validità 2 mesi) € 85,00 ---- N° 20 ingressi (validità 4 mesi) € 160,00

Esami per il conseguimento del grado superiore: € 30,00 (fino a cintura marrone); allenamenti del sabato, pre esame, allenamenti extra: € 12,00; **Le quote mensili per i corsi con meno di 5 persone si pagano per intero e non ad ingressi.**

ⁱQuote mensili scontate di € 3,00 per i componenti dello stesso nucleo familiare

(lo sconto si intende a persona sull'intera quota mensile fino a quando tutti i componenti frequenteranno la palestra)

Cinture azzurre di Karate: obbligatorietà di frequenza di minimo 3/4 ore settimanali: € 60,00 mensili

Cinture marroni e nere di Karate: obbligatorietà di frequenza di minimo 5/6 ore settimanali: € 65,00 mensili

Le lezioni ONLINE verranno attivate al raggiungimento minimo di 10 persone. Le quote si pagano ANTICIPATE, entro il 10 del mese in corso Per ulteriori informazioni vedi: **MODALITA' D'ISCRIZIONE**

Ultimo aggiornamento: 02 agosto 2023 – Quote BLOCCATE fino al 31 dicembre 2023