



TIMETABLE 2024

Sostieni la tua Accademia!

Dona il tuo 5 x 1000 alla **ASD LIFECOMBAT ACADEMY**

SOSTEGNO ALLE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE RICONOSCIUTE
AI FINI SPORTIVI DAL CONI A NORMA DI LEGGE CHE SVOLGONO
UNA RILEVANTE ATTIVITA' DI INTERESSE SOCIALE

FIRMA

Maria Rossi

Codice fiscale del
beneficiario (eventuale)

93043190151

LO SPORT È SALUTE, IL DONO È VITA!

ABBIAMO FATTO TANTO... CON TE FAREMO DI PIÙ, GRAZIE!

LUNEDÌ

09.00 - 17.00

OPEN ACADEMY | PERSONAL TRAINING

12.15 - 13.15

BJJ NO GI | GRAPPLING | KICKBOXING-K1

17.00 - 18.00

KICKBOXING-K1 Under 13

18.00 - 19.00

CALISTHENICS | MMA

19.00 - 20.00

CROSS CARDIO | BJJ NO GI | GRAPPLING Adulti e Under 13

19.00 - 20.30

MUAY THAI

20.00 - 21.00

CROSS TRAINING

20.00 - 21.30

KICKBOXING-K1 | BOXE

MARTEDÌ

17.00 - 18.00

TOTAL BODY | BOXE | KICKBOXING-K1 Under 9

18.00 - 19.00

CALISTHENICS | KICKBOXING-K1

19.00 - 20.00

CROSS TRAINING | BOXE

19.00 - 20.30

DIFESA PERSONALE (KRAV MAGA)

20.00 - 21.30

BRAZILIAN JIU JITSU

MERCOLEDÌ

09.00 - 17.00

OPEN ACADEMY | PERSONAL TRAINING

12.15 - 13.15

BJJ NO GI | GRAPPLING | KICKBOXING-K1

17.00 - 18.00

CROSS TRAINING | KICKBOXING-K1 Under 13

18.00 - 19.00

CALISTHENICS | MMA

19.00 - 20.00

CROSS CARDIO | BJJ NO GI | GRAPPLING Adulti e Under 13

19.00 - 20.30

MUAY THAI

20.00 - 21.00

CROSS TRAINING

20.00 - 21.30

KICKBOXING-K1 | BOXE

GIOVEDÌ

17.00 - 18.00

TOTAL BODY | BOXE | KICKBOXING-K1 Under 9

18.00 - 19.00

CALISTHENICS | KICKBOXING-K1

19.00 - 20.00

CROSS TRAINING | BOXE

19.00 - 20.30

DIFESA PERSONALE (KRAV MAGA)

20.00 - 21.30

BRAZILIAN JIU JITSU

VENERDÌ

09.00 - 12.00

OPEN ACADEMY (SU PRENOTAZIONE)

17.00 - 18.00

CROSS TRAINING | BOXE | KICKBOXING-K1 Under 9

18.00 - 19.00

CALISTHENICS | KICKBOXING-K1

19.00 - 20.00

CROSS TRAINING | MUAY THAI | BOXE | MMA

20.00 - 21.00

BJJ NON GI | GRAPPLING | MMA

SABATO

AGONISTI

Su programmazione

PERSONAL TRAINING

Su prenotazione

OPEN ACADEMY

Su prenotazione

SMALL GROUP

Su prenotazione

SEMINARI GRATUITI

Su programmazione

SPARRING | OPEN MAT

Su programmazione



Gli orari potrebbero subire variazioni a discrezione della Direzione.