



ASD LIGORIO ACADEMY



ORARIO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'		SABATO
8:40	TAIJIQUAN	QI GONG	TAIJIQUAN	QI GONG	TAIJIQUAN	09:00	OPEN MAT
09:30	USCITA	USCITA		USCITA	USCITA		
09:40	ENTRATA	ENTRATA		ENTRATA	ENTRATA		
09:50	KICK PANAN	MMA PANAN		MMA PANAN	KICK PANAN		
10:40	USCITA	USCITA		USCITA	USCITA		
10:50	ENTRATA	ENTRATA		ENTRATA	ENTRATA		
11:00	MMA KALI	PUGIL JKD		PUGIL JKD	MMA KALI		
11:50	USCITA	USCITA		USCITA	USCITA		
12:00	ENTRATA	ENTRATA		ENTRATA	ENTRATA		
12:10	PUGIL K1	THAI		THAI	PUGIL K1		
13:00	USCITA	USCITA		USCITA	USCITA		
13:10	ENTRATA	ENTRATA		ENTRATA	ENTRATA		
13:20		SILAT		SILAT			
						16:30	TAIJIQUAN
17:00	KUNG FU	DRAGON TEEN	KUNG FU	DRAGON TEEN	KUNG FU	17:20	USCITA
						17:30	ENTRATA
17:10	THAI PUGIL	LETHAL WEAPON	THAI PUGIL	LETHAL WEAPON	POWER TRAINING	17:40	KUNG FU
18:00	USCITA	USCITA	USCITA	USCITA	USCITA		
18:10	ENTRATA	ENTRATA	ENTRATA	ENTRATA	ENTRATA		
18:20	MMA	MMA	MMA	MMA	MMA JKD		
19:10	USCITA	USCITA	USCITA	USCITA	USCITA		
19:20	ENTRATA	ENTRATA	ENTRATA	ENTRATA	ENTRATA		
19:30	LETHAL WEAPON	KUNG FU	LETHAL WEAPON	KUNG FU			
20:20	USCITA	USCITA	USCITA	USCITA			
20:30	ENTRATA	ENTRATA	ENTRATA	ENTRATA			
20:40	LETHAL WEAPON	TAIJIQUAN	LETHAL WEAPON	TAIJIQUAN			