

DOUBLEMIND danza e fitness
via Spinè 13 – Oderzo (sopra Tigotà)
 Elisabetta cell: 340.5502838 / raffaella@dmdanza.it / www.dmdanza.it / FB: Scuola di danza Doublemind

ORARIO DANZA						
	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
GIOCO DANZA	16.15 - 17.00		16.15 - 17.00			
SPECIALMENTE DANZA				16.15 - 17.15		
PROPEDEUTICA		17.00 - 18.00			15.15 - 16.15	
AVVIAMENTO I	16.30 - 17.30		16.30 - 17.30			
AVVIAMENTO II			16.30 - 17.30		16.15 - 17.15	
CLASSICO I corso		17.00 - 18.00		17.00 - 18.00		
CLASSICO II corso		18.00 - 19.00		18.00 - 19.00	17.00 - 18.00	
CLASSICO V corso	17.30 - 19.00		17.30 - 19.00		17.15 - 18.45	
BABY MODERN	18.00 - 19.00				17.00 - 18.00	
MODERNO base		18.00 - 19.00			18.00 - 19.00	
MODERNO INTERMEDIO			18.00 - 19.00		19.00 - 20.00	
CONTEMPORANEO avanzato	20.00 - 21.00		19.00 - 20.30		18.45 - 20.15	
LABORATORIO COREOGRAFICO					20.15 - 21.15	
HIP HOP BABY	17.30 - 18.30		17.00 - 18.00			
HIP HOP base		17.00 - 18.00		18.00 - 19.00		
HIP HOP intermedio	18.45 - 19.45		18.00 - 19.00			
HIP HOP avanzato		20.00 - 21.30		20.00 - 21.30		
AFRO DANCEHALL		19.00 - 20.00		19.00 - 20.00		
BREAKDANCE Base		18.00 - 19.00			18.15 - 19.15	
BREAKDANCE intermedio		19.00 - 20.00			19.15 - 20.15	
DANZA AMATORIALE	21.00 - 22.00 HIP HOP		20.40 - 21.40 MODERNO			

ORARIO FITNESS						
	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
PILATES	8.15 - 9.10 9.15 - 10.10 17.00 - 17.55 19.00 - 19.55	13.00 - 13.55 20.00 - 20.55	19.00 - 19.55	8.15 - 9.10 9.15 - 10.10 13.00 - 13.55 20.00 - 20.55		9.30 - 10.25
POSTURALE	20.00 - 21.00	9.30 - 10.25	20.00 - 20.55	10.15 - 11.10		
YOGA VINYASA	19.00 - 20.00			19.00 - 20.00		
YOGA KUNDALINI			20.35 - 22.05			
YOGA PREPARTO	9.15 - 10.30			18.00 - 19.00		
YOGA POSTPARTO	10.35 - 11.35					
KIDS YOGA					16.00 - 17.00	
TONE UP GYM		9.00 - 9.55			9.00 - 9.55	
BODY TONIC	13.00 - 13.55	19.00 - 19.55		19.00 - 19.55		
ZUMBA FITNESS	20.00 - 20.45		19.45 - 20.30	16.20 - 17.05	20.00 - 20.45	
FUNCTIONAL FIT		20.00 - 20.55		20.00 - 20.55		
TRIBAL FUSION				21.00 - 22.00		

*Consulenza posturale, pancafit e personal su appuntamento

*Per la prima lezione chiedere info in segreteria"

SEGRETERIA	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
cell. 327.9708767	9.00 - 13.00 16.00 - 21.00	9.00 - 13.00 16.30 - 20.00	16.00 - 20.45	9.00 - 13.00 16.45 - 20.00	14.45 - 20.00	