

# A.S.D. MIRIADE

STAGIONE SPORTIVA 2024 – 2025

Whatsapp 371 3752610 | info@asdmiriade.com | IG: asdmiriade | FB: Gruppo Miriade

## ASD MIRIADE SEDE BARZILAI: Via Salvatore Barzilai, 234

SETTORE DANZA CLASSICA E MODERNA	GIORNI	ORARI	PROMOZIONE DANZA CLASSICA + DANZA MODERNA	
Danzatricità* (sala B) 12-36 mesi	Mercoledì (12-18 mesi) Mercoledì (24-36 mesi)	16:30 - 17:15 17:15 - 18:00	Pre Accademico (2h Classica + 1h Moderna)	
Movimento creativo/ I liv. Propedeutica 4 - 6 anni (2020-2019)	Mercoledì	17:00 - 17:45	Pre Accademico (2h Classica + 2h Moderna)	
II liv. Propedeutica/ Pre Accademico 7 - 10 anni (2017 - 2014)	Mercoledì Venerdì	18:00 - 19:00	Principianti Accademico (3h Classica + 1h Moderna)	
Principianti Accademico (2013 -2010) 11-14 anni	Lunedì Venerdì	18:00 - 19:30 15:30 - 17:00	Principianti Accademico (3h Classica + 2h Moderna)	
Intermedio/Avanzato Accademico 15+ (a partire da 2010)	Martedì Giovedì Venerdì	15:30 - 17:00 15:30 - 17:00 19:00 - 20:00	Intermedio Accademico (4h Classica + 1h Moderna)	
C. Principianti/Intermedio Moderna 10 – 14 anni (2007 - 2009)	Lunedì Venerdì	17:00 - 18:00	Intermedio Accademico (4h Classica+2h Moderna)	
C. Avanzato Moderna 15+ (a partire da 2009)	Martedì Giovedì	17:00 - 18:00		

\*Terza lezione su convocazione

SETTORE PILATES (Corpo libero + Attrezzi)	GIORNI	ORARI
Pilates Matwork	Lun - Mer	19:30 - 20:30
Pilates Studio (sedute individuali o minigruppo da 2 a 4 persone, con macchinari e scheda personalizzata, su appuntamento)	Martedì	18:15 - 19:15 19:30 - 20:30
	Giovedì	18:15 - 19:15 19:30 - 20:30
	Venerdì	10:00 - 11:00
	Sabato	10:00 - 11:00

SETTORE CORSI ADULTI	GIORNI	ORARI
Yoga (Sala B)	Lunedì	18:30 - 19:30
	Lunedì	19:30 - 20:30
	Mercoledì	18:30 - 19:30
Taekwondo - Autodifesa	Martedì Giovedì	18:00 - 19:00
Prepugilistica Junior (8 - 13 anni)	Martedì Giovedì	19:00 - 20:00
Prepugilistica Senior (dai 13 anni)	Lun - Mer - Ven	20:30 - 21:30
Calisthenics(dai 13 anni)	Martedì Giovedì	20:00 - 21:30
Special Volley	Sabato (Sala A)	11.20 - 12:20

## ASD MIRIADE SEDE PETROCELLI: Via G.Capograssi, 37 (Palestra Scolastica IC Raffaello)

SETTORE JUDO*	GIORNI	ORARI	SETTORE GINNASTICA ARTISTICA	GIORNI	ORARI
Prejudo 3 - 5 anni* (2021-2019)	Mar - Gio	16:45 - 17:30	Base 2017 (primo anno) - 2021	Mar - Gio	16:45 - 17:30
Judo fanciulli 6 - 9 anni * (2018-2015)	Mar - Gio	17:30 - 18:30	Intermedio - Avanzato 2017 (secondo anno) - 2011 (e precedenti)	Mar - Gio Sab	17:30 - 18:30 14:30 - 16:00
Judo ragazzi * 10 - 13 anni (2014-2011)	Mar - Gio	18:30 - 20:00	Preagonistica (solo atlete selezionate)	Mar - Gio Sab	18:30 - 20:00 14:30 - 16:30
Judo Adulti * dai 14 anni (2010)	Lun-mer-ven I.C. Corradini	18:00 -20:00	Agonistica (solo atlete selezionate)	Mar - Gio Sab	18:30 - 20:30 15:30 - 17:30
Judo ragazzi avanzato * 10 - 13 anni (2014-2011)	Mar - Gio (Mondrian) Lun (Rossini) Ven (Corradini)	18:30 - 20:00 17.30 - 19:00 18:00 - 20:00			
Agonistica **	Lun-mer-ven (I.C. Corradini) Mar-Gio (I.C. Corradini) Sabato (I.C. Corradini)	18:00 - 20:00 16:00 - 18:00 10:30 - 12:30			

### TUTTI GLI ORARI POTREBBERO ESSERE SOGGETTI A VARIAZIONI

Si garantisce l'inizio del corso a raggiungimento del numero di partecipanti minimo previsto.  
Al fine di garantire il corretto svolgimento del programma del corso,  
saranno accettate iscrizioni fino al raggiungimento del numero massimo di partecipanti previsto.