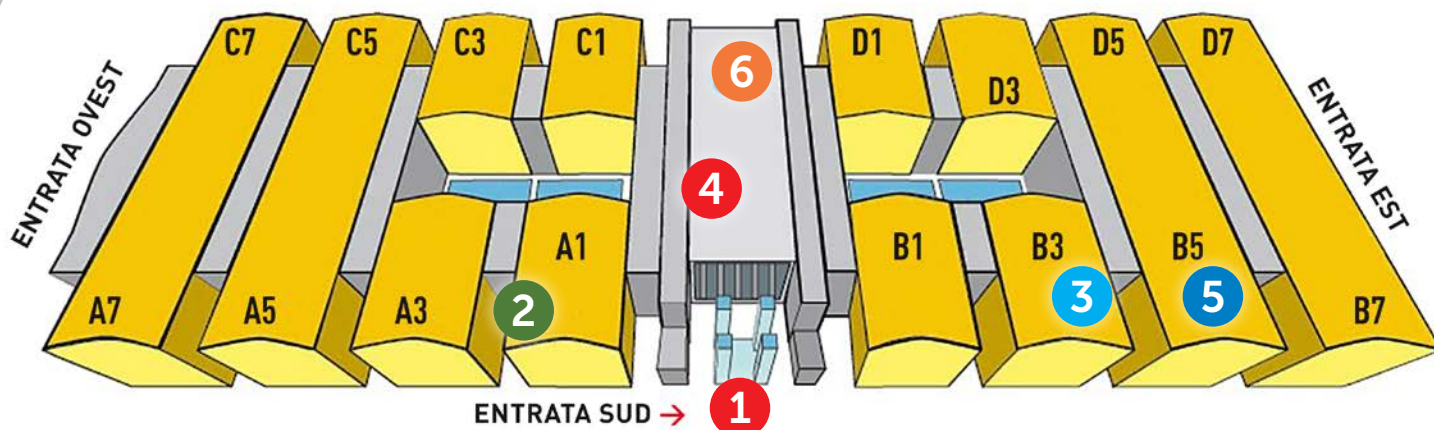


ecco dove puoi trovarci MASTERCLASS GRATUITE



LA T-SHIRT FIF & LAURETANA

Ai primi che si registreranno alle lezioni contrassegnate con il logo Lauretana.



BRACCIALETTO PERSONALIZZATO

Da ritirare per partecipare gratuitamente a tutte le lezioni in programma sui palchi FIF.

1 ACCOGLIENZA E INFO F.I.F. ALL'INGRESSO

Registrazioni gare Club vs Club

2 PAD. A1 AREA W-PRO AREA FUNCTIONAL TRAINING

- GIOVEDÌ 2 GIUGNO 10.00-18.30 Kettlebell Competition Masterclass gratuite
- VENERDÌ 3 GIUGNO 10.00-18.45 Rough Training Challenge Masterclass gratuite
- SABATO 4 GIUGNO 10.30-18.30 Masterclass gratuite
- DOMENICA 5 GIUGNO 10.00-17.50 Fit Crossing Masterclass gratuite

PAD. B3 AREA W-PRO

3 AREA PILATES/OLISTICO E STAND FIF

- GIOVEDÌ 2 GIUGNO 11.30-17.00 Masterclass gratuite
- DA VENERDÌ 3 GIUGNO A DOMENICA 5 GIUGNO 10.30-17.45 Masterclass gratuite

4 HALL IN ENTRATA STAND FIF

- Editoria FIF/ Performance
- Alta formazione Info e presentazione corsi di formazione finanziati per centri e professionisti del fitness con riconoscimento europeo

5 PAD. B5 AREA W-FUN AREA LIVE FITNESS SHOW E STAND FIF

- GIOVEDÌ 2 GIUGNO 10.30-13.30 Masterclass gratuite
13.30-15.30 Masterclass gratuite
15.30-18.30 Masterclass gratuite
- VENERDÌ 3 GIUGNO E SABATO 4 GIUGNO 10.00-18.30 Masterclass gratuite
- DOMENICA 5 GIUGNO 10.00-18.30 CLUB vs CLUB
Campionato Nazionale per palestre di free style e hip hop

6 SALA NERI 1 - 1° PIANO CONVEGNO

- SABATO 4 GIUGNO DALLE ORE 12.30 ALLE ORE 15.00
Attività fisica, sport e alimentazione: cardini della salute e della prevenzione
Relatori Prof. Antonio Paoli; Prof. Matteo Quarantelli; Prof. Alexander Bertuccioli; Dott. Pierluigi Fiorella **Moderatore:** Dott. Marco Neri

SPOT PUSH UP COMPETITION & SPOT CRUNCH COMPETITION CON IN PALIO EVENTI E CORSI FIF

Sul palco LIVE FITNESS SHOW e nell'area FUNCTIONAL TRAINING gare gratuite ad accesso diretto con iscrizione sul posto.

GIOVEDÌ 2 GIUGNO INIZIO GARE ORE 10.00

KETTLEBELL COMPETITION

3° CAMPIONATO INDIVIDUALE DI KETTLEBELL



VENERDÌ 3 GIUGNO INIZIO GARE ORE 10.00

ROUGH TRAINING CHALLENGE

1° CAMPIONATO A SQUADRE DI FUNCTIONAL TRAINING



DOMENICA 5 GIUGNO INIZIO GARE ORE 10.00

FIT CROSSING

8° CAMPIONATO NAZIONALE DI FITNESS A PROVE MULTIPLE



DOMENICA 5 GIUGNO INIZIO GARE ORE 10.00

CLUB vs CLUB

CAMPIONATO NAZIONALE PER PALESTRE DI FREE STYLE E HIP HOP
12° TROFEO RIMINIWELLNESS



PALCO LIVE FITNESS SHOW RIMINIWELLNESS PAD. B5 AREA W-FUN

in regalo
gift

AI PRIMI 100 ISCRITTI ALLE LEZIONI CON IL LOGO LAURETANA
una T-SHIRT Lauretana / FIF creata in esclusiva per l'evento

FOR THE FIRST 100 PEOPLE REGISTERED TO THE CLASSES WITH LAURETANA LOGO
A SPECIAL T-SHIRT created by Lauretana / FIF exclusively for this event

GIOVEDÌ 2 GIUGNO

10.30-11.20 FIF STEP TEAM 1: STEP WITH US

Fabrizio Randisi-Marco della Primavera

11.30-12.20 FIF STEP TEAM 2: CHOREOGRAPHY TOGETHER

Elisabetta Cinelli-Mino Messuri

12.30-13.20 STEP TEAM

Sergey Oleynikov

13.30-15.30 INTERNATIONAL MASTERCLASS NO-STOP

NEW SARANNO PRESENTER

15.30-16.20 PARTENO STEP

Mino Messuri

16.30-17.20 FIF MIX TEAM: CHOREO-TONE TRAINING

Viviana Fabozzi- Massimo Alampi- Marco Della Primavera

17.30-18.30 FIF STEP TEAM 1: ASYMMETRIC STEP

Randisi Fabrizio-Loredana Inglese

VENERDÌ 3 GIUGNO

10.00-10.50 NEW FACES MASTERCLASS

CHOREOGRAPHY + TOTAL BODY WORKOUT

10.50-11.40 T.B.W. PROGRESSION

Davide Impallomeni-Fabio Amante

11.40-12.10

SPOT PUSH UP COMPETITION

12.10-12.55 STEP M&M

Anastasia Alexandridi

12.55-13.40 HI-LO FEVER

Sergey Oleynikov

13.40-14.25 FIF SPECIAL TEAM: STRENGTH & STABILITY

David Stauffer-Elisabetta Cinelli

14.25-14.50 SPOT CRUNCH COMPETITION

14.50-15.35 MYTHICAL TONE TEAM

Julio Papi-Davide Impallomeni-Viviana Fabozzi

15.35-16.20 AEROFLY Patrizia Vincenzi

16.20-17.05 TONE IT OR LOSE IT David Stauffer

17.05-17.50 DANCE SPIRIT Anastasia Alexandridi

17.50-18.35 FIF TONE TEAM 2 Monica Scurti-Davide Impallomeni

SABATO 4 GIUGNO

10.00-10.50 FIF TONE TEAM 1

Luca Ruggeri-Michele Manca

10.50-11.15

SPOT CRUNCH COMPETITION

11.20-12.10 STEP-TACULAR

Anastasia Alexandridi

12.10-13.00 FIF TEAM: T.B.W. SHOW

Davide Impallomeni-Viviana Fabozzi-Michele Manca

13.00-13.50 DANCE AERO

Sergey Oleynikov

14.00-14.50 NATURAL BODY ART: "ATHLETIC SUN SALUTATION FORM"

Viviana Fabozzi

15.05-15.30 SPOT PUSH UP COMPETITION

15.30-16.15 6 PACK David Stauffer

16.15-17.00 AEROBIC CROSS & GO Anastasia Alexandridi

17.00-17.45 KGT Monica Scurti

17.45-18.30 MOSCOW STEP Sergey Oleynikov

AREA FUNCTIONAL TRAINING RIMINIWELLNESS PAD. A1 AREA W-PRO

in regalo
gift

AI PRIMI 25 ISCRITTI ALLE LEZIONI CON IL LOGO LAURETANA
una T-SHIRT Lauretana / FIF creata in esclusiva per l'evento

FOR THE FIRST 25 PEOPLE REGISTERED TO THE CLASSES WITH LAURETANA LOGO
A SPECIAL T-SHIRT created by Lauretana / FIF exclusively for this event

GIOVEDÌ 2 GIUGNO

10.00-13.30
KETTLEBELL COMPETITION

14.00-14.50

KETTLEBELL + BODYWEIGHT
Team: Luca Ceria-Francesco Fiocchi

15.00-16.20

CLEAN & JERK + SNATCH TECHNIQUE FOR
KETTLEBELL COMPETITION
Oleh Ilika

16.30-17.20 BODYWEIGHT: "ANIMAL MOVEMENTS"

Francesco Fiocchi

IN CONTEMPORANEA / SIMULTANEOUSLY
*16.30-17.10 Suspension training Luca Dalseno

17.30-18.20 FUNCTIONAL TRAINING SYSTEM

Carlo Dolzan

VENERDÌ 3 GIUGNO

10.00-13.30
ROUGHTRAINING CHALLENGE

14.00-14.45 BODYWEIGHT + BARBELL
Team: Carlo Dolzan-Vincenzo Calisti

14.50-15.35 CLUBS TRAINING + BODY WEIGHT
Team: Luca Dalseno-Sandro Roberto

15.35-16.00 SPOT CRUNCH COMPETITION

16.00-16.45 BARBELL COMPLEX
Monica Scurti

16.50-17.35 SUSPENSION TRAINING
Luca Ceria

* Lezione con prenotazione * Lesson with booking
17.35-18.00 SPOT PUSH UP COMPETITION

18.00-18.45
MEDBALL + BODYWEIGHT
Team: Viviana Fabozzi-Stefania Malinverni

SABATO 4 GIUGNO

10.30-11.20 FUNCTIONAL TEAM BODYWEIGHT
Luca Dalseno

IN CONTEMPORANEA / SIMULTANEOUSLY
*10.30-11.10 Suspension Training D. Longhi

11.30-12.20 Barbell Training + Functional workout
Team: Carlo Dolzan-Monica Scurti

12.30-13.20 STRONG & POWER BODYWEIGHT
Sandro Roberto

IN CONTEMPORANEA / SIMULTANEOUSLY
*12.30-13.10 Suspension Training Luca Ceria

13.20-13.50 SPOT PUSH UP COMPETITION

13.50-14.35 BULGARIAN BAG
Francesco Fiocchi

* Lezione con prenotazione * Lesson with booking

14.40-15.25 BODYWEIGHT: TABATA TRAINING
Stefania Malinverni

IN CONTEMPORANEA / SIMULTANEOUSLY
*14.35-15.15 Sandro Roberto Suspension Training

15.30-16.15 SQUAT CLINIQUE
Viviana Fabozzi

16.15-16.45 SPOT CRUNCH COMPETITION

16.45-17.30 UNCONVENTIONAL FUNCTIONAL TRAINING
Luca Ceria

17.30-18.20 BODYWEIGHT: "CRAZY ZOO"
Team: Luca Dalseno-Francesco Fiocchi

DOMENICA 5 GIUGNO

10.00-13.30
FIT CROSSING

14.30-15.00 SPOT CRUNCH COMPETITION

15.00-15.45 BORSA BULGARA+BODYWEIGHT
Team: Sandro Roberto-Francesco Fiocchi

IN CONTEMPORANEA / SIMULTANEOUSLY
15.30-17.00 WORKSHOP Pilates in suspension D. Longhi

15.50-16.35 FUNCTIONAL CLUBS TRAINING
Luca Dalseno

* Lezione con prenotazione * Lesson with booking

16.35-17.00 SPOT PUSH UP COMPETITION

17.00-17.50
FIF TEAM SHOW

C.Dolzan-V. Fabozzi-S. Roberto
F. Fiocchi-S. Malinverni

PALCO PILATES-OLISTICO RIMINIWELLNESS PAD. B3 AREA W-PRO

in regalo
gift

AI PRIMI 25 ISCRITTI ALLE LEZIONI CON IL LOGO LAURETANA
una T-SHIRT Lauretana / FIF creata in esclusiva per l'evento

FOR THE FIRST 25 PEOPLE REGISTERED TO THE CLASSES WITH LAURETANA LOGO
A SPECIAL T-SHIRT created by Lauretana / FIF exclusively for this event

GIOVEDÌ 2 GIUGNO

10.30-11.30 Massimo Alampi

SWEET PILATES

11.45-12.45 Sara Sergi

EVOLUZIONE IN SPIRALE

13.00-14.00 Gianpiero Marongiu

POWER STRETCH 2.0: LA FORZA

14.15-15.15 Sara Sergi e Massimo Alampi

IN TWO FOR STRENGTH

15.30-16.30 Gianpiero Marongiu

PILATES ADVANCED

16.45-17.45 Elisabetta Cinelli

POSTURAL PILATES

VENERDÌ 3 GIUGNO

10.15-11.15 Julio Papi

YOGA ASANA

11.25-12.25 Elisabetta Cinelli

PILATES PROPS

12.35-13.35 Donato De Bartolomeo

PILOGA

13.45-14.45 Gianpiero Marongiu PILATES X-EXPRESSION

14.45-15.00 MINI SEQUENCE THAI MASSAGE Enzo Mulato

15.00-16.00 Elisabetta Cinelli e Donato De Bartolomeo

PILATES ADVANCED

16.00-16.15 MINI SEQUENCE THAI MASSAGE Enzo Mulato

16.15-17.15 Davide Impallomeni

BACK POSTURAL CONCEPT BALANCE

17.15-17.30 MINI SEQUENCE THAI MASSAGE Enzo Mulato

17.30-18.30 Julio Papi

STRETCHING ASSISTITO

SABATO 4 GIUGNO

10.15-11.15 Elisabetta Cinelli

PILATES 3 x 3

11.25-12.25 James D'Silva

GARUDA MATWORK FOUNDATION

12.35-13.35 D. De Bartolomeo e G. Marongiu

PILATES MATWORK PLUS

13.45-14.45 James D'Silva

GARUDA SEATED AND STANDING

15.00-16.00 Elisabetta Cinelli

PILATES AND STRENGTH

16.10-17.10 Donato De Bartolomeo

HATHA YOGA

17.20-18.20 Luca Ruggeri e Michele Manca

CORE STRENGTH TRAINING

DOMENICA 5 GIUGNO

10.30-11.30 Luca Ruggeri e Michele Manca

PILATES MATWORK SYSTEM

11.45-12.45 Gianpiero Marongiu

STANDING PILATES IN EVOLUTION

13.00-14.00 Luca Ruggeri

TRIDIMENSIONAL STRETCH

14.15-15.15 Sara Sergi e Gianpiero Marongiu

RIEQUILIBRIO POSTURALE

15.30-16.30 Luca Ruggeri

TOWEL WORKOUT