

CORSI DI PRE TRAINING

CORSI A **NUMERO CHIUSO**, CON RILASCIO DI ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE
Per tutti i partecipanti in omaggio un buono sconto di € 50 per l'acquisto di corsi federali

*Per accedere all'aula presentarsi al desk della Federazione presso il Pad. B3
almeno 15 minuti prima dell'inizio del corso*

FUNCTIONAL ACADEMY

GIOVEDÌ 2 GIUGNO
DALLE 12.00 ALLE 13.30
FUNCTIONAL TRAINING ACADEMY
DOCENTE: LUCA DALSENO

VENERDÌ 3 GIUGNO
DALLE 11.00 ALLE 12.30
FUNCTIONAL TRAINING ACADEMY
DOCENTE: LUCA DALSENO

VENERDÌ 3 GIUGNO
DALLE 13.30 ALLE 15.00
BARBELL & KETTLEBELL TRAINING ACADEMY
DOCENTE: LUCA DALSENO

SABATO 4 GIUGNO
DALLE 13.00 ALLE 14.30
FUNCTIONAL TRAINING ACADEMY
DOCENTI: LUCA DALSENO E SANDRO ROBERTO

SABATO 4 GIUGNO
DALLE 16.30 ALLE 18.00
FUNCTIONAL TRAINING ACADEMY
DOCENTE: LUCA DALSENO

DOMENICA 5 GIUGNO
DALLE 11.00 ALLE 12.30
BODYWEIGHT & ANIMAL TRAINING ACADEMY
DOCENTE: LUCA DALSENO

KALISTHENICS ACADEMY

GIOVEDÌ 2 GIUGNO
DALLE 14.00 ALLE 15.30
KALISTHENICS
DOCENTI: FEDERICO FIGNAGNANI E ANDREA NEYROZ

VENERDÌ 3 GIUGNO
DALLE 14.00 ALLE 15.30
KALISTHENICS
DOCENTI: FEDERICO FIGNAGNANI E ANDREA NEYROZ

PILATES E POSTURA ACADEMY

VENERDÌ 3 GIUGNO
DALLE 12.00 ALLE 13.30
PILATES E SCOLIOSI CON IL SUPPORTO DEL REFORMER E GRANDI ATTREZZI
DOCENTE: STEFANIA GIULIANI

VENERDÌ 3 GIUGNO
DALLE 15.45 ALLE 17.15
SPINE CORRECTOR: INTEGRAZIONE AL PILATES MATWORK
DOCENTE: ELISABETTA CINELLI

SABATO 4 GIUGNO
DALLE 13.30 ALLE 15.00
PILATES E SCOLIOSI CON IL SUPPORTO DEL REFORMER E GRANDI ATTREZZI
DOCENTE: STEFANIA GIULIANI

SABATO 4 GIUGNO
DALLE 15.00 ALLE 16.30
PILATES MATWORK
DOCENTE: SARA SERGI

FITNESS E PT ACADEMY

VENERDÌ 3 GIUGNO
DALLE 13.00 ALLE 14.30
DAL FITNESS AL PERSONAL TRAINER
DOCENTE: PAOLO ROCCUZZO

SABATO 4 GIUGNO
DALLE 10.00 ALLE 11.30
DAL FITNESS AL PERSONAL TRAINER
DOCENTE: MATTIA RAVAGLI

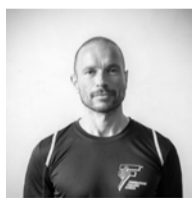
DOMENICA 5 GIUGNO
DALLE 15.00 ALLE 16.00
PREPARATORE ATLETICO
DOCENTE: SANDRO ROBERTO

FITNESS GROUP ACADEMY

DOMENICA 5 GIUGNO
DALLE 13.00 ALLE 14.30
FITNESS GROUP & TOTAL BODY WORKOUT
DOCENTE: VIVIANA FABOZZI



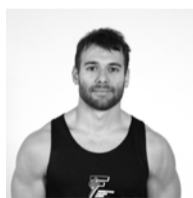
ELISABETTA CINELLI



LUCA DALSENO



VIVIANA FABOZZI



FEDERICO FIGNAGNANI



STEFANIA GIULIANI



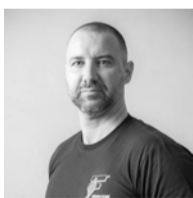
MATTIA RAVAGLI



ANDREA NEYROZ



SANDRO ROBERTO



PAOLO ROCCUZZO



SARA SERGI

Per motivi organizzativi il programma può subire variazioni