

## 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*



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

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

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 13.00 ALLE 14.30  
**DAL FITNESS AL PERSONAL TRAINER**  
DOCENTE: PAOLO ROCCUZZO

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



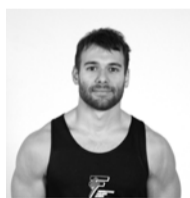
ELISABETTA CINELLI



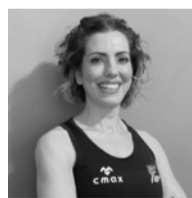
LUCA DALSENO



VIVIANA FABOZZI



FEDERICO FIGNAGNANI



STEFANIA GIULIANI



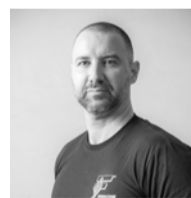
MATTIA RAVAGLI



ANDREA NEYROZ



SANDRO ROBERTO



PAOLO ROCCUZZO



SARA SERGI

*Per motivi organizzativi il programma può subire variazioni*