

CORSI FITNESS E POSTURALI STAGIONE 2022-2023

ISCRIZIONI PER PERIODO 15 SETTEMBRE – 31 OTTOBRE DA MERCOLEDÌ 24 AGOSTO

ISCRIZIONI SOLO PER IL MESE DI OTTOBRE DA LUNEDÌ 26 SETTEMBRE

ORARIO		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00	9.50	GINNASTICA DOLCE → ALLE	POSTURA APLOMB → CARLA	GINNASTICA DOLCE → ALLE	POSTURA APLOMB → CARLA		PILATES → MELLY
10.00	10.50	GINN. CON METODO PILATES → BEA	YOGA APLOMB → CARLA	GINN. CON METODO PILATES → BEA	YOGA APLOMB → CARLA		
13.00	13.50	FUNCTIONAL TRAINING → NIK	YOGA LATES → GRETA	FUNCTIONAL TRAINING → NIK	YOGA LATES → GRETA		
14.30	15.20		BENESSERE SCHIENA → GRETA		BENESSERE SCHIENA → GRETA		
17.00	17.50	PILATES BASE → MELLY		PILATES BASE → MELLY			
18.00	18.50		FIT DANCE → INBAL		FIT DANCE → INBAL		
18.00	18.50	PILATES AVANZATO → MELLY		PILATES AVANZATO → MELLY			
18.05	18.55	CARDIO FIT TRAINING → STEFANO		CARDIO FIT TRAINING → STEFANO			
18.30	19.20					HATHA YOGA → MELANIA	
19.00	19.50		TOTAL BODY → INBAL		TOTAL BODY → INBAL		
19.05	19.55		GINNASTICA POSTURALE PILATES → GRETA		GINNASTICA POSTURALE PILATES → GRETA		
19.00	19.50	FIT YOGA → MELLY		FIT YOGA → MELLY			
19.05	19.55	GINNASTICA DOLCE → STEFANO		GINNASTICA DOLCE → STEFANO			
19.30	20.20	KPT → GIOVANNI		KPT → GIOVANNI			
20.00	20.50		YOGA BASE → GRETA		YOGA BASE → GRETA		
		PALESTRA A	PALESTRA B	PALESTRA FITNESS 1	CORSI ONLINE Home Fitness		



CORSI: tutto pronto per la nuova stagione sportiva targata Cus Mo.Re!

Scopri le novità pensate, consulta la tabella, scegli il corso più congeniale a te e partecipa anche tu.

INFORMAZIONI PER ISCRIZIONI:

1

✉ Scrivi a segreteriaacus@unimore.it

Cus Mo.Re

