

CORSI

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PILATES CORPO LIBERO	9:30-10:30 18:00 - 19:00		18:00 - 19:00		
STONE & STRETCH			9:30 -10:30		9:30 - 10:30
TRX-BIKES (prenotazione consigliata)	12:50 - 13:40		12:50 - 13:40		
BODY CIRCUIT			19:10 - 20:00		
FUNZIONALE					18:00 - 19:00
FUNZIONALE STRONG	20:00 - 21:00			20:00 - 21:00	
FIT BOXE	19:10 - 20:00				19:00 - 20:00
SPINNING (su prenotazione)		20:00 - 21:00	20:00 - 21:00		20:00 - 21:00
YOGA			20:00 - 20:45		20:00 - 20:45
PILATES REFORMER*	20:00 - 21:00			20:00 - 21:00	12:30 - 13:20
PSICOMOTRICITÀ e SPORT MIX KIDS			17:15 - 18:00		17:15 - 18:00


* Disponibile anche su prenotazione

DANZE

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
HIP HOP Bambini		16:30 - 17:30		16:30 - 17:30	
HIP HOP Ragazzi		17:30 - 18:30		17:30 - 18:30	
DISCO DANCE 80/90	19:00 - 20:00				
DANZA CLASSICA		dalle 16:45			
DANZA MODERNA		dalle 20:00			
TANGO ARGENTINO				20:00 - 21:00 21:00 - 22:15	
LATINO FUN			18:00 - 19:00		

ARTI MARZIALI

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
TAI CHI	20:00 - 21:00			10:00 - 11:00	
KARATE BIMBI	17:00 - 18:00			17:00 - 18:00	
KARATE RAGAZZI	18:00 - 19:30			18:00 - 19:30	
KARATE ADULTI	20:00 - 21:30			20:00 - 21:30	
KICK-BOXING		17:30 - 18:30			17:30 - 18:30

È OBBLIGATORIO IL CERTIFICATO MEDICO. 
Si raccomanda di portare scarpe destinate all'uso esclusivo in palestra e asciugamano.

SALA PESI

ORARIO ESTIVO fino al 30/09/2018	LUN - VEN	SABATO	DOMENICA
ORARI	9:00 - 22:30	10:00 - 17:00	-
ORARIO INVERNALE fino a 07/2019	LUN - VEN	SABATO	DOMENICA
ORARI	9:00 - 22:30	10:00 - 17:00	10:00 - 14:00



È OBBLIGATORIO IL CERTIFICATO MEDICO.

Inoltre, si raccomanda di portare scarpe destinate all'**uso esclusivo** in palestra e asciugamano.



NEW ENERGY FORUM
Via Tito Speri, 6 - 25015 Desenzano del Garda (Bs)

www.newenergyforum.it

Telefono: +39 338 2856741
E-mail: info@newenergyforum.it