

CORSI

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PILATES CORPO LIBERO	9:30-10:20 18:00 - 18:50				18:00 - 18:50
STONE & STRETCH			9:30 - 10:20 18:00 - 18:50		9:30 - 10:20
TRX-BIKES (prenotazione consigliata)	12:50 - 13:40		12:50 - 13:40		
BODY CIRCUIT			19:00 - 19:50		
---					---
FUNZIONALE STRONG	20:00 - 20:50			20:00 - 20:50	
FIT BOXE	19:10 - 20:00				
SPINNING (su prenotazione)		20:00 - 20:50	20:00 - 20:50		20:00 - 20:50
YOGA	18:30 - 20:00		18:45 - 20:15	18:30 - 20:00	20:00 - 20:45
PILATES REFORMER*	19:45 - 20:35			19:45 - 20:35	12:30 - 13:20
PSICOMOTRICITÀ e SPORT MIX KIDS			17:15 - 18:00		17:15 - 18:00


* Disponibile anche su prenotazione in fasce orarie differenti

DANZE

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
BOOGIE WOOGIE		16:30 - 17:30	21:30 - 22:30	16:30 - 17:30	
HIP HOP Bambini				17:30 - 18:00	
ZUMBA		19:00 - 19:50			19:00 - 19:50
DANZA CLASSICA		dalle 17:15			
DANZA MODERNA		dalle 20:00			
TANGO ARGENTINO				21:00 - 22:15	
BALLI LATINI		18:00 - 18:50			18:00 - 18:50
LATINO AMERICANO			20:15 - 21:15 21:15 - 22:15		

ARTI MARZIALI

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
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

	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