

## CORSI

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<b>PILATES CORPO LIBERO</b>	9:30-10:20 18:00 - 18:50				18:00 - 18:50
<b>STONE &amp; STRETCH</b>			9:30 - 10:20 18:00 - 18:50		9:30 - 10:20
<b>TRX-BIKES</b> (prenotazione consigliata)	12:50 - 13:40		12:50 - 13:40		19:00 - 19:50
<b>BODY CIRCUIT</b>			19:00 - 19:50		
---					---
<b>FUNZIONALE STRONG</b>	20:00 - 20:50			20:00 - 20:50	
<b>FIT BOXE</b>	19:10 - 20:00				
<b>SPINNING</b> (su prenotazione)		20:00 - 20:50	20:00 - 20:50		20:00 - 20:50
<b>YOGA</b>	18:30 - 20:00		18:45 - 20:15	18:30 - 20:00	20:00 - 20:45
<b>PILATES REFORMER*</b>	19:45 - 20:35			19:45 - 20:35	12:30 - 13:20
<b>PSICOMOTRICITÀ e SPORT MIX KIDS</b>			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
<b>KARATE BIMBI</b>	17:00 - 18:00			17:00 - 18:00	
<b>KARATE RAGAZZI</b>	18:00 - 19:30			18:00 - 19:30	
<b>KARATE ADULTI</b>	20:00 - 21:30			20:00 - 21:30	
<b>KICK-BOXING</b>		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 asciugamani.

## 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](http://www.newenergyforum.it)

Telefono: +39 338 2856741  
E-mail: [info@newenergyforum.it](mailto:info@newenergyforum.it)