

**CORSI**

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<b>PILATES CORPO LIBERO</b>	9:00 - 9:50	18:00 - 18:50			18:00 - 18:50
<b>ABS 40'</b>		12:50 - 13:30			12:50 - 13:30
<b>GAG</b>				19:00 -19:50	
<b>BODY TONIC</b>	19:00 - 19:50		9:00 - 9:50		9:00 - 9:50
<b>FUNZIONALE STRONG</b>	20:00 - 20:50			20:00 - 20:50	
<b>ARMY FITNESS</b>		19:00 - 19:50			19:00 - 19:50
<b>FIT BOXE</b>			19:10 - 20:00		
<b>SPINNING</b> (su prenotazione)		20:00 - 21:00	20:00 - 21:00		20:00 - 21:00
<b>YOGA</b>	19:30 - 21:00		18:40 - 20:00 PRINCIPIANTI	18:30 - 20:00	
<b>PILATES REFORMER*</b> (su prenotazione)					9:00 - 9:50 12:50 - 13:40
<b>PSICOMOTRICITÀ e SPORT MIX KIDS</b>			17:15 - 18:00		17:15 - 18:00

\* Disponibile anche in orari differenti

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




## BALLI & DANZE

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
DANZA CLASSICA		dalle 17:00			
DANZA MODERNA		20:00 - 21:00			
BALLI LATINI PRINCIPIANTI	20:45 - 21:45				
BALLI LATINI INTERMEDIO			20:45 - 21:45		
BOOGIE WOOGIE			21:30 - 22:30		

## ARTI MARZIALI

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
<b>BOXE</b>			19:00 - 20:00			15:00 - 16:00
<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 asciugamano.

## SALA PESI

ORARIO SETTEMBRE	LUN-MER-VEN	MAR-GIO	SABATO
ORARI	8:00 - 22:30	12:00 - 22:30	9:00 - 17:00



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)