

SALA D

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
13:00-14:30			CALISTHENICS Nicolas		
18:30-20:00	CALISTHENICS Nicolas		CALISTHENICS Nicolas		CALISTHENICS Andrea G.

Prenotazione obbligatoria tramite App o al desk di Officina25 | Validità planning 13/08/2021 | I corsi si svolgeranno con la partecipazione minima di 4 partecipanti

SALA STRONG

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
13:00-15:00	SALA OPEN Gian Paolo	SALA OPEN Fabrizio	SALA OPEN Gian Paolo	SALA OPEN Luca	SALA OPEN Simone P.
18:00-18:50		CORE TRAINING Simone P.		CORE TRAINING Simone P.	
18:00-19:30	STRONG GARAGE Simone P.		STRONG GARAGE Gian Paolo		STRONG GARAGE Gian Paolo
19:00-19:50		MILITARY Maela		MILITARY Maela	
19:30-21:00	STRONG GARAGE Simone P.				STRONG GARAGE Gian Paolo
20:00-21:15		STRONG GARAGE Luca		STRONG GARAGE Luca	

Prenotazione obbligatoria tramite App o al desk di Officina25 | Validità planning 13/08/2021 | I corsi si svolgeranno con la partecipazione minima di 4 partecipanti

OFFICINA25

TRAINING CLUB

Planning corsi (dal 01/06/2021 al 13/08/2021)

Lunedì - Mercoledì - Venerdì	07:00 - 21:30
Martedì - Giovedì	08:30 - 21:30
Sabato	09:00 - 13:00
Domenica	CHIUSO

Via Acquacalda, 25 - 48022 Lugo (RA) - Tel. 0545 288712
info@officinaventicinque.it - www.officinaventicinque.it



officina25



officina25

SALA A

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
13:00-13:50		POSTURALE Erika		POSTURALE Erika	
18:00-19:00	FUNCTIONAL KICK Gala		FUNCTIONAL KICK Gala		FUNCTIONAL KICK Gala
18:30-19:20				POSTURALE Erika	
19:00-20:00	KICK AMATORI Pollo		KICK AMATORI Pollo		KICK AGONISTI E AMATORI Gala (19:00 - 21:00)
20:00-22:00	KICK AGONISTI Pollo		KICK AGONISTI Pollo		

Prenotazione obbligatoria tramite App o al desk di Officina25 | Validità planning 13/08 /2021 | I corsi si svolgeranno con la partecipazione minima di 4 partecipanti

SALA B

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
13:00-14:00	INDOOR CYCLING Fabio		INDOOR CYCLING Sissa		
19:00-20:00		INDOOR CYCLING Fabio		INDOOR CYCLING Sissa	INDOOR CYCLING Fabio
19:30-20:30	INDOOR CYCLING Sissa		INDOOR CYCLING Max		

Prenotazione obbligatoria tramite App o al desk di Officina25 | Validità planning 13/08 /2021 | I corsi si svolgeranno con la partecipazione minima di 4 partecipanti

SALA C

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
07:10-08:00	WALKING Marika				WALKING Marika
08:30-09:20		POSTURALE Erika		TOTAL BODY WORKOUT Erika	
13:00-13:50	TOTAL BODY WORKOUT Daniela	WALKING Marika	PILATES Erika		HATHA YOGA Marika (60')
18:30-19:20	WALKING Marika	PILATES Carla	WALKING Marika	PILATES Carla	TOTAL BODY WORKOUT Daniela
19:30-20:30	HATHA YOGA Marika		HATHA YOGA Marika		

Prenotazione obbligatoria tramite App o al desk di Officina25 | Validità planning 13/08 /2021 | I corsi si svolgeranno con la partecipazione minima di 4 partecipanti

E' possibile fruire delle lezioni anche ONLINE