

PORTA UN AMICO!
Per te a scelta 5 ingressi omaggio
o una seduta di EMS!

SALA Calisthenics

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
18:00	CALISTHENICS (90')		CALISTHENICS (90')		
18:30		CALISTHENICS (90')		CALISTHENICS (90')	CALISTHENICS (90')

SALA Strong

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
18:00	CROSS TRAINING (50')	BIKINI (50')	CROSS TRAINING (50')	BIKINI (50')	STRONG GARAGE (90')
19:00	STRONG GARAGE (90')	STRONG GARAGE (90')	STRONG GARAGE (90')	STRONG GARAGE (90')	
19:30					STRONG GARAGE (90')
20:30	STRONG GARAGE (60')	STRONG GARAGE (60')	STRONG GARAGE (60')	STRONG GARAGE (60')	

OFFICINA25
TRAINING CLUB

Planning corsi
(dal 12/09/2022 al 01/06/2023)

Lunedì - Mercoledì - Venerdì	07:00 - 21:30
Martedì - Giovedì	08:30 - 21:30
Sabato	09:00 - 13:00
Domenica (dal 02/10)	09:00 - 13:00



Prenotazione obbligatoria tramite App o al desk di Officina25 | Validità planning 01/06/2023
I corsi si svolgeranno con la partecipazione minima di 4 partecipanti

Prenotazione obbligatoria tramite App o al desk di Officina25 | Validità planning 01/06/2023 | I corsi si svolgeranno con la partecipazione minima di 4 partecipanti

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



SALA Kick Boxing

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
17:00	KICK RAGAZZI (60') Matteo <i>da ottobre</i>				KICK RAGAZZI (60') Matteo <i>da ottobre</i>
18:00	KICK BOXING (60') Pollo		KICK BOXING (60') Pollo		KICK BOXING (60') Pollo
18:30		KICK BOXING (60') Gala		KICK BOXING (60') Gala	
19:00	KICK BOXING PRO (90') Pollo		KICK BOXING PRO (90') Pollo		KICK BOXING PRO (90') Gala

Prenotazione obbligatoria tramite App o al desk di Officina25 | Validità planning 01/06/2023 | I corsi si svolgeranno con la partecipazione minima di 4 partecipanti

SALA Indoor Cycling

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
12:45	INDOOR CYCLING (50') Sissa		INDOOR CYCLING (50') Sissa		
13:00					INDOOR CYCLING (50') Fabio
18:30		INDOOR CYCLING (50') Sissa		INDOOR CYCLING (50') Sissa	
19:30	INDOOR CYCLING (50') Fabio		INDOOR CYCLING (50') Fabio		INDOOR CYCLING (50') Max

Prenotazione obbligatoria tramite App o al desk di Officina25 | Validità planning 01/06/2023 | I corsi si svolgeranno con la partecipazione minima di 4 partecipanti

SALA Olistica

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
07:10	WALKING (50') Marika				WALKING (50') Marika
08:30		TBW (50') Erika		POSTURALE (50') Erika	
13:00	POSTURALE (50') Erika	WALKING (50') Marika	PILATES (50') Carla	CROSS TRAINING (50') Maela	YOGA (60') Marika
18:00	WALKING (50') Marika		WALKING (50') Marika		POSTURALE (50') Maela
18:30		PILATES (50') Carla		PILATES (50') Carla	
19:00	YOGA (60') Marika		YOGA (60') Marika		
19:30		CROSS TRAINING (50') Maela		CROSS TRAINING (50') Maela	

Prenotazione obbligatoria tramite App o al desk di Officina25 | Validità planning 01/06/2023
I corsi si svolgeranno con la partecipazione minima di 4 partecipanti

PORTA UN AMICO!
Per te a scelta 5 ingressi omaggio
o una seduta di EMS!

