

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

## SALA Calisthenics

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

## SALA Strong

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
13:00					STRONG GARAGE (90') Simone
18:00	CROSS TRAINING (50') Simone	BIKINI (50') Simone	CROSS TRAINING (50') Simone	BIKINI (50') Simone	STRONG GARAGE (120') Andrea
19:00	STRONG GARAGE (120') Simone	STRONG GARAGE (120') Andrea	STRONG GARAGE (120') Gian Paolo	STRONG GARAGE (120') Simone	

**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	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			KICK RAGAZZI (60') Matteo	KICK RAGAZZI (60') Matteo
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') Fabio	INDOOR CYCLING (50') Sissa	INDOOR CYCLING (50') Max
19:30	INDOOR CYCLING (50') Fabio		INDOOR CYCLING (50') Fabio		

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') Veronica		POSTURALE (50') Veronica	
13:00	POSTURALE (50') Marika	WALKING (50') Marika		CROSS TRAINING (50') Matteo	
18:00	WALKING (50') Marika		WALKING (50') Marika		POSTURALE (50') Lucia
18:30		PILATES (50') Carla		PILATES (50') Carla	
19:00	YOGA (60') Marika		YOGA (60') Marika		
19:30		CROSS TRAINING (50') Filippo		CROSS TRAINING (50') 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

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

