

CORSI FITNESS (durata 1 ora)

Lunedì

09:00	ATTIVITÀ MOTORIA DOLCE
13:00	
15:00	ATTIVITÀ MOTORIA DOLCE
16:30	YOGA
17:30	POSTURAL
18:40	CIRCUITO FUNZIONALE
19:45	CALISTHENICS

Martedì

CIRCUITO FUNZIONALE

POWERTONE
INSANITY WORKOUT

Mercoledì

09:00	ATTIVITÀ MOTORIA DOLCE
13:00	
15:00	ATTIVITÀ MOTORIA DOLCE
16:30	
17:30	PILATES
18:40	CIRCUITO FUNZIONALE
19:45	CALISTHENICS

Giovedì

CIRCUITO FUNZIONALE

POWERTONE
INSANITY WORKOUT

Venerdì

09:00	YOGATHERAPY*
11:45	
17:30	PILATES
18:40	CIRCUITO FUNZIONALE
19:45	CALISTHENICS

Sabato

CALISTHENICS

* inizia il 15/10/2021



Scopri di più sui nostri corsi Fitness!
Inquadra il QR Code con il tuo smartphone

Corsi dal 08/09/2021 al 26/06/2022

Prossimamente
CORSI di SPINNING



OFFICINA5[®]

APERTURA IMPIANTO

dal Lunedì al Venerdì 06:00 - 21:00

Sabato e Domenica 08:00 - 13:00

Gli orari potrebbero subire variazioni durante l'anno, visita il sito per rimanere aggiornato.

☎ 0432 722563

📱 340 3423599

🌐 www.officina5.com

 Banca **TER**
Credito Cooperativo FVG

Via Tombe Romane, 4 - 33040 - Moimacco (UD)

OFFICINA5[®]

dal 08/09/2021

al 26/06/2022

MUOVITI
MOVE

FREELY
LIBERAMENTE



www.officina5.com



CORSI GINNASTICA

GINNASTICA dai 2 ai 6 anni

	ETÀ	ORARIO
MICRO MIX (1h)	2-4	sab 9:00
MINI MIX (1h)	3-6	mer 16:30
	3-6	sab 10:00

GINNASTICA ACROBATICA

ACROBATICA 1 (1h)	6-10	lun-mer 17:30
ACROBATICA 2 (1,5h)	11+	lun-mer 18:30

GINNASTICA ARTISTICA

ARTISTICA 1 (1h)	6-10	lun-gio 17:00
ARTISTICA 1 PLUS (1,5h)	6-10	mar-ven 17:00
ARTISTICA 2 (1,5 h)	11+	mar-ven 18:30
ARTISTICA 2 PLUS (2h)	11+	lun-gio 18:00

ATTIVITA' CIRCENSE

CIRCO 1 (1h)	3-5	gio 17:30
CIRCO 2 (1h)	6+	gio 18:30
TESSUTI AEREI (1h)	15+	gio 19:30

PARKOUR

PARKOUR 1 (1h)	6-10	ven 17:30/sab 9:00
	6-10	lun-mer 16:30/lun-mer 17:30
PARKOUR 2 (1,5h)	11+	sab 10:00
	11+	mar-gio 17:00
PARKOUR 3 (2h)	15+	mar 18:00
	15+	mar-gio 18:00

GINNASTICA RITMICA

RITMICA 1 (1h)	6-10	mer-ven 17:00
RITMICA 2 (2h)	11+	mer-ven 18:00



Scopri di più sui nostri corsi di Ginnastica!
Inquadra il QR Code con il tuo smartphone
Corsi dal 13/09/2021 al 26/06/2022



CORSI DANZA

	ETÀ	ORARIO
AVVIO ALLA DANZA (1h)	3-4	ven 17:00-18:00
DANZA 1 GRADO (1h)	5-6	mar 17:30 - ven 17:00
DANZA 2 GRADO	7-8	lun 17:30-18:30// gi 17:30-19:30
DANZA 3 GRADO	9-12	mar 18:30-19:30// gio 17:30-19:30
DANZA 4 GRADO	13-16	lun 18:30-20:00// mar 18:00-20:30// ven 18:00-19:30
DANZA INTERMEDIO	16+	lun 18:30-21:00// mer 18:00-20:30// gio 19:30-21:00
DANZA PRINCIPIANTI (1h)	11+	mar-ven 19:30
DANZA CLASSICA 2° (1h)	7-8	gio 18:30
DANZA CLASSICA 3° (1h)	9-11	gio 17:30
LAB. COREOGRAFICO (1h)	13+	mer 19:30
HIP-HOP 1 (1h)	6-10	lun-mer 17:00
HIP-HOP 2 (1h)	11+	lun-mer 18:00

CORSI ADULTI

ADULTI MODERNO	18+	lun 20:00-21:00 / gio 19:30-21:00
ADULTI PBT * (1h)	16+	lun 20:00
CARAIBICO (1h)	16+	lun 20:00

CORSI RECITAZIONE

TEATRO BIMBI (1h)	6-12	mer 17:30
TEATRO RAGAZZI (1,5h)	13+	mer 17:30

CORSI CANTO

CORSO INDIVIDUALE		
CORSO CORALE (1,5h)	18+	lun 19:30

CORSI STRUMENTI

CHITARRA	MUSICA D'INSIEME
PIANOFORTE	TEORIA MUSICALE
BATTERIA	BASSO ELETTRICO
COMPOSIZIONE MUSICALE	D.I.A. CREATIVITA' MUSICALE

LEGENDA: MODERNO CLASSICO POTENZIAMENTO *PBT Progressive Ballet Technique (potenziamento danze con piccoli attrezzi)



La musica è cambiata
vieni a scoprire i nuovi corsi di ArtelInventando!
Inquadra il QR Code con il tuo smartphone
Corsi dal 13/09/2021 al 26/06/2022



ARTI MARZIALI

TAI-CHI

ADULTI (2h)	MONOSETTIMANALE	14+	ven 20:00
-------------	-----------------	-----	-----------

KUNG-FU

BAMBINI (1h)	BISETTIMANALE	7-13	mar-ven 17:00
ADULTI (2h)	MONOSETTIMANALE	14+	mer 20:00

KARATE

BAMBINI (1h)	MONOSETTIMANALE	6-13	sab 09:00
RAGAZZI (1h)	MONOSETTIMANALE	14+	sab 10:00



Scopri di più sui nostri corsi di Arti Marziali!
Inquadra il QR Code con il tuo smartphone
Corsi dal 13/09/2021 al 26/06/2022

YOGA



NUOVI CORSI
NOVITÀ

IN GRAVIDANZA (1h)	MONOSETTIMANALE		ven 11:00
YOGA CON MAMY (1h)	MONOSETTIMANALE	3-16 mesi	ven 10:00
KIDS (1h)	MONOSETTIMANALE	3-5 anni	lun 17:30
ADULTI (1h)	MONOSETTIMANALE	16+	lun 16:30
YOGATHERAPY*	MONOSETTIMANALE	50+	ven 09:00

*dal 15/10/2021 al 26/06/2022



>>> CORSO DI DIFESA FEMMINILE
>>> MUAY THAI K1
>>> CORSI DI NUOTO
>>> ATTIVITÀ DIVERSAMENTE ABILI