

DAL 18  
SETTEMBRE  
2023

OFFICINA5<sup>®</sup>



# CORSI DI FITNESS

GINNASTICA POSTURALE E IN GRAVIDANZA,  
ATTIVITÀ MOTORIA DOLCE, CIRCUITO  
FUNZIONALE, PILATES, CORE&MOBILITY,  
CALISTHENICS, INSANITY WORKOUT, YOGA

APERTURA IMPIANTO

*dal Lunedì al Venerdì 06:00 - 22:00*

*Sabato e Domenica 08:00 - 13:00*

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

PER INFO  
0432 583891

WWW.OFFICINA5.COM

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



Via Manzano, 17 - 33040 - Ippolis di Premariacco (UD)





DAL 18 SETTEMBRE 2023 AL 23 GIUGNO 2024

# CORSI DI FITNESS

## CORSO da 1 ora

## ORARIO

<b>ATTIVITA' MOTORIA DOLCE</b> con Martina e Giulia	<b>LUNEDI e MERCOLEDI 09:00</b>
<b>GINNASTICA IN GRAVIDANZA</b> con Martina	<b>LUNEDI 17:00</b>
<b>GINNASTICA POSTURALE</b> con Martina	<b>LUNEDI e MERCOLEDI 18:00</b>
<b>YOGA</b> con Laura	<b>GIOVEDI 20:00</b>
<b>CORE&amp;MOBILITY</b> con Martina	<b>MERCOLEDI 17:00</b>
<b>PILATES</b> con Sara	<b>MARTEDI 18:00</b>
<b>STRONG ABILITY</b> con Sara	<b>MARTEDI 19:00</b>
<b>CIRCUITO FUNZIONALE</b> con Martina e Simone	<b>LUNEDI e GIOVEDI 19:00</b>
<b>INSANITY WORKOUT</b> con Martina	<b>MERCOLEDI 19:15</b>
<b>CALISTHENICS</b> con Simone	<b>LUNEDI e GIOVEDI 20:00</b>



**PER INFO**  
**0432 583891**

[WWW.OFFICINA5.COM](http://WWW.OFFICINA5.COM)

Via Manzano, 17 - 33040 - Ippis di Premariacco (UD)

