



YOUR GYM

EVENTI 2017-2018

18 Nov.
MindFIT

Note introduttive all'Esercizio Interiore con il Prof. Ciccarelli, filosofo, naturopata e esperto di discipline orientali.

20€ soci / 25€ non soci

2 Dic.
Scherma di Bastone

Seminario tecnico sul combattimento a mano armata. I e II livello tenuti dai Maestri Gianluigi Curcuglioniti e Federico Ferrari.

25€ soci / 30€ non soci

16 Dic.
Zumba & Strong Christmas

Energie e ritmo per una divertente masterclass di Natale. Zumba e Strong con Elisa e Annalisa.

10€ soci e non soci

13 Gen.
Power Lifting Master SQUAT

Master tecnico con la Campionessa Italiana Sara Mazzantini. Lo SQUAT Tecnica, Esecuzione e Programmazione.

30€ soci e non soci

27 Gen.
Ayurness Patrizia Vincenzi

Dov'è il corpo incontra la mente. Ayurveda e fitness si combinano in una speciale Masterclass con la docente FIF Patrizia Vincenzi.

11 Feb.
Arti Marziali Maurizio Maltese

Seminario tecnico con il Maestro Internazionale Maurizio Maltese sulle arti occasionali e i punti sensibili.

50€ soci / 70€ non soci

10 Mar.
Qi GONG della Gru Bianca

Masterclass di Yoga Cinese mirata a sviluppare potenza, scioltezza, armonia interiore e salute con il Prof. Ciccarelli

20€ soci / 25€ non soci

31 Mar.
Seminario Pratico Forze dell'ORDINE

Seminario sul tonfo: tecniche di conduzione e immobilizzazione Tenuto dai Maestri Curcuglioniti e Ferrari

20€ forze dell'ordine
30€ altri partecipanti

19 Mag.
Panantukan

Seminario pratico sul pugilato del Sud-Est asiatico. I e II livello tenuti dai Maestri Curcuglioniti e Ferrari.

25€ soci / 30€ non soci

16 Giu.
Power Lifting Master DEADLIFT

Master tecnico con la Campionessa Italiana Sara Mazzantini. Il DEADLIFT Tecnica, Esecuzione e Programmazione.

30€ soci e non soci

#NewCocoon

