

NON SOLO SPORT 2011/2012

Con-Tatto

RISCOPRIAMO IL NOSTRO CORPO
CON L'AUTOMASSAGGIO

Inizio corso lunedì 26 Settembre ore 14:00

Informatica - Corso di computer

PER ADULTI E ANZIANI

Inizio corso martedì 27 Settembre ore 19:00

Corso di inglese - Insegnante madrelingua

PER RAGAZZI E ADULTI

Inizio corso lunedì 26 Settembre ore 19:00

Ginnastica Mentale

CORSO PER MIGLIORARE LA MEMORIA

Inizio corso mercoledì 28 Settembre ore 10:00

Teatro

Inizio corso venerdì 30 Settembre ore 20:30

Giocoleria

IMPARA LE ANTICHE ARTI CIRCENSE

Inizio corso giovedì 29 Settembre ore 19:00

AMBIENTI CLIMATIZZATI

TUTTI I GIORNI ORARIO CONTINUATO
DALLE 9.30 ALLE 23.00



*Il tuo benessere
è il nostro obiettivo.
dal 1987*

facebook



IL TUO BENESSERE ON-LINE

NOVITÀ SPORTIVE 2011/2012

Zumba Fitness Party

MIX DI BALLI CARAIBICI E FITNESS

Inizio corso e lezione omaggio
venerdì 30 Settembre ore 19:15

Danza Moderna

PER ADULTI

Inizio corso e lezione omaggio
mercoledì 28 Settembre ore 19:20

Danza Classica

PER BAMBINI E RAGAZZI

Inizio corso venerdì 30 Settembre ore 17:00

Gioco Danza

PER BAMBINI da 3 a 5 anni

Inizio corso martedì 27 Settembre ore 18:00

Yoga Amico (PER BAMBINI)

Inizio corso martedì 27 Settembre ore 17:00

Boogie Woogie (PER PRINCIPIANTI)

Inizio corso lunedì 26 Settembre ore 20:30

Longevity (corso di gruppo)

PER ANZIANI

Inizio corso martedì 27 Settembre ore 09:30

Slim Fitness (corso di gruppo)

PER DIMAGRIRE

Inizio corso martedì 27 Settembre ore 10:45

Life Power (corso di gruppo)

PER TONIFICARE E DIMAGRIRE

Inizio corso lunedì 26 Settembre ore 18:00



*Il tuo benessere
è il nostro obiettivo.
dal 1987*

facebook



IL TUO BENESSERE ON-LINE

Palestra New Life

via Cella, 461 - S. Stefano (Ra)

tel/fax 0544.563381

info@palestraendasnewlife.it

www.palestraendasnewlife.it



*Il tuo benessere
è il nostro obiettivo.
dal 1987*



**PORTANDO UN NUOVO INSCRITTO
ENTRO IL 10 SETTEMBRE
RICEVERAI LA PROMOZIONE**

**2 Mesi al
prezzo di 1**

IN COLLABORAZIONE



APERTURA DA LUNEDÌ 29 AGOSTO 2011

ORARIO CORSI 2011/2012

PRESSO SALA PALESTRA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
FITNESS - BODY BUILDING dal 29 agosto	9.30 - 23.00	9.30 - 23.00	9.30 - 23.00	9.30 - 23.00	9.30 - 23.00	9.30 - 15.00
PILATES dal 26 sett.	20.00 - 20.50			20.00 - 20.50		
POSTURALE - PILATES dal 26 sett.	16.00 - 16.50			16.00 - 16.50		
LONGEVITY dal 27 sett. ●		9.30 - 10.30			9.30 - 10.30	
GINN. SENIOR dal 26 sett.	9.30 - 16.00			9.30 - 16.00		
SLIM FITNESS dal 27 sett. ●		10.45 - 11.35			10.45 - 11.35	
G.A.G. dal 26 sett.	13.00 - 13.50	17.00 - 17.50		17.00 - 17.50	13.00 - 13.50	
SPINNING dal 27 sett.		13.10 - 14.00		13.10 - 14.00		
SPINNING dal 27 sett.		18.00 - 18.50		18.00 - 18.50		
SPINNING dal 27 sett.		19.00 - 19.50		19.00 - 19.50		
BIKE TONIC dal 1 ottobre						10.30 - 11.20
KARATE dal 27 sett.		20.00 - 21.00			20.00 - 21.00	
YOGA dal 26 sett.	10.30 - 11.30	21.10 - 22.10		10.30 - 11.30 21.00 - 22.00		
CON-TATTO (AUTOMASSAGGIO) dal 26 sett. ●	14.00 - 14.50 15.00 - 15.50					
BURLESQUE PRINCIPIANTI dal 1 ottobre						15.30 - 17.00
BURLESQUE INTERM./AVANZ.						17.00 - 18.30
DANZA VENTRE dal 26 sett.	21.00 - 22.30					
DANZA MODERNA 5/8 ANNI dal 28 sett.			17.00 - 17.50		17.10 - 18.00	
DANZA MODERNA 9/14 ANNI dal 28 sett.			17.50 - 19.00		18.00 - 19.00	
DANZA MODERNA OVER 15 ANNI (2° lezione)					18.50 - 20.00	
HIP HOP 5/8 ANNI - 9/12 ANNI dal 26 sett.	17.00 - 18.00 18.00 - 19.00					
HIP HOP INTERMEDIO dal 26 sett.	19.00 - 20.00		19.00 - 20.00			
HIP HOP OVER 18 dal 28 sett.			20.00 - 21.00			
SALSA CUBANA PRINCIPIANTI dal 28 sett.			21.00 - 22.00			
SALSA FREE STYLE dal 28 sett. ●			22.00 - 23.00			
S. PORTORICANA PRINC./INTER. dal 30 sett.					21.00 - 22.00 22.00 - 23.00	
GINNASTICA MENTALE dal 28 sett. ●			10.00 - 11.00			

PRESSO SALA G. MAZZINI S.STEFANO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
GIOCO DANZA 3/5 ANNI dal 27 sett. ●		18.00 - 19.00				
D. CARAIBICA PER RAGAZZI dal 28 sett.			17.00 - 18.30			
D. CLASSICA 6/8 ANNI E 9/12 ANNI dal 30 sett. ●					17.00 - 18.00 18.00 - 19.00	
HIP HOP 9/12 ANNI (2° lezione)				18.00 - 19.00		
GIOCOLERIA dal 29 sett. ●				19.00 - 20.15		
YOGA AMICO PER BAMBINI dal 27 sett. ●		17.00 - 17.50				
D. MODERNA OVER 15 ANNI (1° lez.) dal 28 sett.			19.20 - 20.30			
LIFE POWER dal 26 sett. ●	18.00 - 18.50					
BOOGIE WOOGIE dal 26 sett. ●	20.30 - 22.00					
ZUMBA FITNESS PARTY dal 30 sett. ●					19.15 - 20.15	
INFORMATICA dal 27 sett.		19.00 - 20.30				
TEATRO dal 30 sett.					20.30 - 22.00	
INGLESE dal 26 sett.	19.00 - 20.15					

Le novità 2011/2012 (●)

I corsi partiranno da lunedì 26 settembre 2011.

Per motivi organizzativi gli orari potranno subire variazioni.