

## **Formazione in Calendario SETTEMBRE/DICEMBRE**

1. **ART OF BODYWEIGHT-IL CORPO UMANO COME STRUMENTO DI ALLENAMENTO**

2. **INTEGRAZIONE E ALIMENTAZIONE**

1. **COACH IN ALLENAMENTO FUNZIONALE**

2. **IDROCHINESI - L'ACQUA E I SUOI BENEFICI**

3. **PILATES MAT WORK**

4. **TECNICHE DI ALLENAMENTO PER LA CELLULITE ED INESTETISMI**

5. **BODY BUILDING E FITNESS 1° LIVELLO**

6. **PREPARAZIONE ATLETICA NEGLI SPORT DI SQUADRA**