



CALENDARIO CORSI CRAZYM MOVE SSD

DA **LUNEDÌ 15 SETTEMBRE 2025**

ALCUNE INFO UTILI:

- Per poter partecipare ai nostri corsi è **OBBLIGATORIO**, previa **iscrizione** alla nostra società, **PRENOTARE** le lezioni tramite **app SportClubby** con le proprie **credenziali**, o contattando Caterina, in quanto i corsi sono a **numero chiuso**.
- Il **mancato annullamento** pena l'addebito di una lezione.
- **Certificato medico OBBLIGATORIO**.
- L'accesso alle sale corsi delle sedi è possibile **SOLO** con **CALZATURE PULITE**.

PREZZI:

- **Iscrizione** comprensiva di **tesseramento ASI (assicurazione) OBBLIGATORIA** → € 30,00
- **Carnet lezioni:**
 - **LEZIONE SINGOLA** → € 10,00
 - **10 LEZ.** → € 8,50 cad.
 - **20 LEZ.** → € 8,00 cad.
 - **30 LEZ.** → € 7,50 cad.
 - ***TECNICHE KICK BOXING** → € 5,00 cad.

VILLA DI SERIO → Presso **Palestra con pavimento in parquet** – Via Roma, con accesso da Piazza Europa

LUNEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ
G.A.G 18.00 – 18.55	FIT - JUMP 17.30 – 18.25	
MONICA ROTA	MONICA ROTA	
G.A.G 19.00 – 19.55	G.A.G 18.30 – 19.25	ZUMBA® 19.00 – 19.55
MONICA ROTA	GIORGIA IUORIO	SAMAR SOZZI

CONTATTI

Sede Mind 2 Body: 035 231104

Caterina cell.: 338 3545983

Mail: info@crazymove.it

Sito web: www.crazymove.it

Instagram: @crazymove_ssd

Facebook: Crazymove SSD

VILLA DI SERIO → Presso **Studio Fitness Mind 2 Body** – Via A. Cortesi, 4

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
MATTINA					
	PILATES 7.00 – 7.55				
	LARA MARCHESI				
PILATES BASE 9.15 – 10.10	G.A.G. 9.15 – 10.10	GINNASTICA POSTURALE 9.15 – 10.10	PILATES BASE 9.15 – 10.10	G.A.G. 9.15 – 10.10	PILATES 8.30 – 9.25
ASSIA/CATERINA	ALICE FALETTI	LUCA COLLEONI	ASSIA/CATERINA	MONICA ROTA	ANKE NEUBAUER
PILATES 10.30 – 11.25	PILATES 10.30 – 11.25	GINNASTICA POSTURALE 10.30 – 11.25	PILATES 10.30 – 11.25	PILATES 10.30 – 11.25	PILATES 9.45 – 10.40
ASSIA/CATERINA	SILVIA BARBETTA	LUCA COLLEONI	ASSIA/CATERINA	MONICA ROTA	MARTINA/CATERINA
PAUSA PRANZO					
TABATA 13.00 – 13.55		PILATES 13.00 – 13.55	HIIT STEP 13.00 – 13.55		G.A.G. 11.00 – 11.55
MARTA /ALICE		SILVIA BARBETTA	ALICE/MARTA		ALICE FALETTI
POMERIGGIO					
GINNASTICA POSTURALE 15.00 – 15.55	PILATES 14.00 – 14.55		GINNASTICA POSTURALE 15.00 – 15.55	PILATES 14.00 – 14.55	
LARA MARCHESI	ASSIA GHERARDI		MICHELA GIOMBELLI	MICHELA GIOMBELLI	
				PILATES 15.10– 16.05	
				MICHELA GIOMBELLI	
PILATES 17.10 – 18.05	PILATES 17.10 – 18.05	YOGA DINAMICO 17.10 – 18.05	PILATES 17.10 – 18.05	PILATES 17.10 – 18.05	
LARA MARCHESI	CATERINA CAIO	LARA BOLIS	MICHELA GIOMBELLI	MARTINA IUORIO	
SERA					
HIIT STEP 18.15 – 19.10	PILATES 18.15 – 19.10	HIIT STEP 18.15 – 19.10	TABATA 18.15 – 19.10	PILATES 18.15 – 19.10	
GIULIA BIANZINI	CATERINA/MARTA	ALICE FALETTI	ALICE FALETTI	MARTINA IUORIO	
PILATES 19.20 – 20.15	HIIT STEP 19.20 – 20.15	PILATES 19.20 – 20.15	HIIT STEP 19.20 – 20.15	GET!® 19.20 – 20.15	
MICHELA GIOMBELLI	MARTA POZZI	MICHELA GIOMBELLI	ALICE FALETTI	ALICE FALETTI	
PILATES 20.30 – 21.25	FIT BOXE + *TECNICHE KICK BOXING 20.30 – 21.25	PILATES 20.30 – 21.25	PILATES 20.30 – 21.25		
MICHELA GIOMBELLI	VALENTINO VALLI	MICHELA GIOMBELLI	ANKE NEUBAUER		