

Per partecipare alle prove è necessario essere in possesso della tessera UniTrentoSport/CUS Trento e consegnare il certificato medico per attività non agonistica in corso di validità con indicata la data di effettuazione di ECG a riposo

ISCRIZIONI AL SEGUENTE LINK https://www.unitrentosport-custrento.it/it/prenota/?_a=primopob.prenota_disc

E' POSSIBILE PARTECIPARE A UNA SOLA PROVA PER OGNI CORSO

SOCIOLOGIA

Giorno			Orario	Corso	Istruttore
LUN			12.15 13.05	FIT & FUN	EDA
LUN e/o MER			13.10-14.00	BODY BOOST PILATES	EDA
LUN e/o MER			18.00-18.50	FAT BURNING STEP	MADDALENA
LUN e/o MER			18.50-19.40	POWER YOGA	MADDALENA
LUN e/o MER			19.40-20.30	CROSS FUNCTIONAL WORKOUT	AARON
MAR			11.45-12.35	SUPER JUMP FITNESS	EDA
MAR			12.45-13.35	TEM	EDA
MAR e/o GIO			17.20-18.10	MIX FIGHT TRAINING	THOMAS
MAR e/o GIO			18.10-19.00	MIX FIGHT TRAINING ADV	THOMAS
MAR e/o GIO			19.00-19.50	POWER SHAPING	AARON
MAR e/o GIO			19.50-20.40	POWER SHAPING	AARON
MER			12.15-13.05	TRIS SUPER GAG	EDA
GIO			12.15-13.05	SUPER JUMP FITNESS	EDA
GIO			13.10-14.00	UNIBODY	EDA
VEN			18.00-18.50	POWER YOGA	MADDALENA
VEN			18.50-19.40	POWER YOGA	MADDALENA
SAB			9.15-10.30	VINYASA YOGA	MARTINA
SAB			10.30-11.30	PILATES oilit	MADDALENA

PALESTRA POZZO

Giorno			Orario	Corso	Istruttore
LUN e/o MER	A		18.00-18.50	Fusion core	RAQUEL
LUN e/o MER	A		18.50-19.40	FIT PILATES	RAQUEL
LUN e/o MER	A		19.40-20.30	FUNCTIONAL TRAINING ADV	RAQUEL
MAR e/o GIO	A		19.35-20.25	FIT&STRETCH	RIKI
MAR e/o GIO	A		18.00-19.30	BASEBALL	ARSENIO
MAR e GIO	A		20.25-21.40	BASKET	FEDERICO B.
LUN e MER	B		20.00-21.15	VOLLEY	SILVANO
LUN e MER	B		21.15-22.30	VOLLEY ADV	SILVANO
MAR e GIO	B		18.30-19.45	VOLLEY	LUCA
MAR e GIO	B		19.45-21.00	VOLLEY ADV	LUCA

PALESTRA ROSMINI

Giorno			Orario	Corso	Istruttore
MAR e GIO			19.00-20.15	VOLLEY	CHRISTIAN
MAR e GIO			20.15-21.30	VOLLEY ADV	CHRISTIAN

PALESTRA SANBA GIALLA

Giorno			Orario	Corso	Istruttore
LUN			19.00-19.50	MARTIAL YOGA	FEDERICO R.
LUN			19.50-20.40	FIGHTBACK - DIFESA PERSONALE	FEDERICO R.

PALESTRA SANBA BLU

Giorno			Orario	Corso	Istruttore
LUN			19.00-20.15	AIKIDO	MIODRAG
MER			17.45-19.00	VINYASA YOGA	MARTINA
MER			19.00-20.15	VINYASA YOGA Avanzato	MARTINA

CENTRO SPORTIVO MATTARELLO VIA DEL CASTEL 3
E
PALESTRA ARRAMPICATA SANBALPOLIS

Giorno			Orario	Corso	Istruttore
corsi da 6 lezioni (9 ore) sempre pieni					
MAR	principianti dal 17/02/2026 al 17/03/2026				
	prime 3 lezioni c/o Centro Sportivo Zorzi e poi 3 lezioni c/o Palestra Sanbapolis		18.30-20.00	ARRAMPICATA	PAOLO
GIO	progrediti dal 19/02/2026 al 19/03/2026				
	tutte le 6 lezioni c/o Palestra Sanbapolis		18.30-20.00	ARRAMPICATA	PAOLO

PALESTRA S.P. SAVIO

Giorno			Orario	Corso	Istruttore
MER			20.30-22.00	TENNISTAVOLO	ELISA

PISCINA GARDOLO

Giorno			Orario	Corso	Istruttore
MAR-GIO			6.00-7.00	NUOTO (PERFEZIONAMENTO)	ALESSANDRO