

Bibione Be Active | Programma 2023*

*Il programma potrebbe subire variazioni



		LEZIONI DEL MATTINO		LEZIONI DEL POMERIGGIO		PERCORSO KIDS	PERCORSO YOUNG
		Prima lezione dalle ore 8.00 alle ore 9.00	Seconda lezione dalle ore 10.00 alle ore 11.00	Prima lezione dalle ore 16.00 alle ore 17.00	Seconda lezione dalle ore 18.00 alle ore 19.00	(6-12 anni) dalle ore 8.00 alle ore 9.00	(12-17 anni) dalle ore 10.00 alle ore 11.00
Settimana n. 1	lunedì	5-giu Mobility (attività olistica) Marta Sanna	Zumba (attività fun - balli) Alessio Diana	Reejam (attività fun - balli) Alessio Diana	Zumba (attività fun - balli) Marta Sanna		
	martedì	6-giu					
	mercoledì	7-giu Risveglino Muscolare (attività olistica) Ilaria Rossi	Strong Nation (attività funzionale) Marta Sanna	Total Workout (attività funzionale) Ilaria Rossi	Zumba (attività fun - balli) Marta Sanna		
	giovedì	8-giu					
	venerdì	9-giu Postural (attività olistica) Martina Marchi	Zumba (attività fun - balli) Marta Sanna	Zumba (attività fun - balli) Martina Marchi	Strong Nation (attività funzionale) Marta Sanna		
Settimana n. 2	sabato	10-giu					
	domenica	11-giu					
	lunedì	12-giu Yoga Basic (attività olistica) Sonia Zanin	Shape your body (attività funzionale) Manuela D'Amato	Shape your body (attività funzionale) Manuela D'Amato	Aeroeasy (aero-dance) Manuela D'Amato		
	martedì	21/06/2022					
	mercoledì	14-giu Postural (attività olistica) Martina Marchi	Strong Nation (attività funzionale) Marta Sanna	Zumba (attività fun - balli) Martina Marchi	Zumba (attività fun - balli) Marta Sanna		
Settimana n. 3	giovedì	15-giu					
	venerdì	16-giu Postural (attività olistica) Martina Marchi	Zumba (attività fun - balli) Marta Sanna	Zumba (attività fun - balli) Martina Marchi	Strong Nation (attività funzionale) Marta Sanna		
	sabato	17-giu					
	domenica	18-giu					
	lunedì	19-giu Yoga Basic (attività olistica) Sonia Zanin	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Ginnastica posturale (attività olistica) Sonia Zanin	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Beach Volley School Beach Soccer School
Settimana n. 4	martedì	20-giu					
	mercoledì	21-giu Zumba (attività fun - balli) Luca de Nigro	Animal Flow Power Stretch (attività olistica) Chiara Bertozzo	Zumba (attività fun - balli) Luca de Nigro	Animal Flow Power Stretch (attività olistica) Chiara Bertozzo	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	giovedì	22-giu					
	venerdì	23-giu Mobility (attività olistica) Jairo Junior	Zumba (attività fun - balli) Alessandro Belletti	Zumba (attività fun - balli) Alessandro Belletti	Cross Cardio (attività funzionale) Jairo Junior	Beach Volley School	Beach Volley School Beach Soccer School
	sabato	24-giu					
Settimana n. 5	domenica	25-giu					
	lunedì	26-giu Mobility (attività olistica) Jairo Junior	Strong Nation (attività funzionale) Marta Sanna	Cross Cardio (attività funzionale) Jairo Junior	Zumba (attività fun - balli) Marta Sanna	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	martedì	27-giu					
	mercoledì	28-giu Digital Nordic Walkine (attività funzionale) Gabel	Animal Flow Power Stretch (attività olistica) Chiara Bertozzo	Animal Flow Power Stretch (attività olistica) Chiara Bertozzo	Digital Nordic Walkine (attività funzionale) Gabel	Beach Volley School	Beach Volley School Beach Soccer School
	giovedì	29-giu					
Settimana n. 6	venerdì	30-giu Functional (attività funzionale) Anna Logan	Free Up (attività funzionale) Mirko Crespi	Functional (attività funzionale) Anna Logan	Free Up (attività funzionale) Mirko Crespi	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	sabato	1-lug					
	domenica	2-lug					
	lunedì	3-lug Vinvasa Yoza (attività olistica) Vera Bettiol	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Vinvasa Yoza (attività olistica) Vera Bettiol	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Beach Volley School Beach Soccer School
	martedì	4-lug					
Settimana n. 7	mercoledì	5-lug Digital Nordic Walking (attività funzionale) Gabel	Animal Flow Power Stretch (attività olistica) Chiara Bertozzo	Animal Flow Power Stretch (attività olistica) Chiara Bertozzo	Digital Nordic Walking (attività funzionale) Gabel	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	giovedì	6-lug					
	venerdì	7-lug Vinvasa Yoza (attività olistica) Vera Bettiol	Zumba (attività fun - balli) Alessandro Belletti	Zumba (attività fun - balli) Alessandro Belletti	Yin e Yang Yoza Flow (attività olistica) Vera Bettiol	Beach Volley School	Beach Volley School Beach Soccer School
	sabato	8-lug					
	domenica	9-lug					
Settimana n. 8	lunedì	10-lug Stretch for strenht (attività olistica) Alessandro Muò	Body in Action (attività funzionale) Alessandro Muò	Body Weicht (attività funzionale) Cecilia Migliosi	Postural Fusion (attività olistica) Cecilia Migliosi	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	martedì	11-lug					
	mercoledì	12-lug Yoza Alien (attività olistica) Cecilia Migliosi	Body Weicht (attività funzionale) Cecilia Migliosi	Body in Action (attività funzionale) Alessandro Muò	Stretch for strenht (attività olistica) Alessandro Muò	Beach Volley School	Beach Volley School Beach Soccer School
	giovedì	13-lug					
	venerdì	14-lug Stretch for strenght (attività olistica) Alessandro Muò	Body in Action (attività funzionale) Alessandro Muò	Body Weicht (attività funzionale) Cecilia Migliosi	Pilates (attività olistica) Cecilia Migliosi	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
Settimana n. 9	sabato	15-lug					
	domenica	16-lug					
	lunedì	17-lug Free Up (attività funzionale) Mirko Crespi	Functional (attività funzionale) Anna Logan	Free Up (attività funzionale) Mirko Crespi	Functional (attività funzionale) Anna Logan	Beach Volley School	Beach Volley School Beach Soccer School
	martedì	18-lug					
	mercoledì	19-lug Digital Nordic Walkine (attività funzionale) Gabel	Zumba (attività fun - balli) Luca de Nigro	Zumba (attività fun - balli) Luca de Nigro	Digital Nordic Walkine (attività funzionale) Gabel	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
Settimana n. 10	giovedì	20-lug					
	venerdì	21-lug Vinvasa Yoga (attività olistica) Vera Bettiol	Zumba (attività fun - balli) Alessandro Belletti	Zumba (attività fun - balli) Alessandro Belletti	Yin e Yang Yoga Flow (attività olistica) Vera Bettiol	Beach Volley School	Beach Volley School Beach Soccer School
	sabato	22-lug					
	domenica	23-lug					
	lunedì	24-lug Olistic Workout (attività olistica) Cristiano Lollo	Zumba (attività fun - balli) Alessio Diana	Reejam (attività fun - balli) Alessio Diana	Oi Well (attività olistica) Cristiano Lollo	Yoza Bimbi (attività olistica) Sonia Zanin	Beach Volley School Beach Soccer School
Settimana n. 11	martedì	25-lug					
	mercoledì	26-lug Digital Nordic Walking (attività funzionale) Gabel	Zumba (attività fun - balli) Luca de Nigro	Zumba (attività fun - balli) Luca de Nigro	Digital Nordic Walking (attività funzionale) Gabel	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	giovedì	27-lug					
	venerdì	28-lug Functional (attività funzionale) Anna Logan	Free Up (attività funzionale) Mirko Crespi	Functional (attività funzionale) Anna Logan	Free Up (attività funzionale) Mirko Crespi	Beach Volley School	Beach Volley School Beach Soccer School
	sabato	29-lug					
Settimana n. 12	domenica	30-lug					
	lunedì	31-lug Pilates (attività olistica) Carlo Onofrio	Zumba (attività fun - balli) Carlo Onofrio	Reejam (attività fun - balli) Carlo Onofrio	Stretchine (attività olistica) Carlo Onofrio	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	martedì	1-ago					
	mercoledì	2-ago Stretching (attività olistica) Carlo Onofrio	Reejam (attività fun - balli) Carlo Onofrio	Zumba (attività fun - balli) Carlo Onofrio	Pilates (attività olistica) Carlo Onofrio	Beach Volley School	Beach Volley School Beach Soccer School
	giovedì	3-ago					
Settimana n. 13	venerdì	4-ago Pilates (attività olistica) Carlo Onofrio	Zumba (attività fun - balli) Carlo Onofrio	Functional (attività funzionale) Carlo Onofrio	Reejam (attività fun - balli) Carlo Onofrio	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	sabato	5-ago					
	domenica	6-ago					
	lunedì	7-ago Pilates (attività olistica) Nicolas Rosan	Pop (attività funzionale) Nicolas Rosan	Functional Fitness (attività funzionale) Nicolas Rosan	Country Fitness (attività funzionale) Nicolas Rosan	Hadov (attività fun - balli) Nicolas Rosan	Beach Volley School Beach Soccer School
	martedì	8-ago					
Settimana n. 14	mercoledì	9-ago Digital Nordic Walkine (attività funzionale) Gabel	Zumba (attività fun - balli) Sara Mion	Reejam (attività fun - balli) Sara Mion	Digital Nordic Walkine (attività funzionale) Gabel	Zumba Bimbi (attività fun - balli) Sara Mion	Beach Volley School Beach Soccer School
	giovedì	10-ago					
	venerdì	11-ago Zumba (attività fun - balli) Sara Mion	Cross Cardio (Time) (attività funzionale) Simone Magliola	Cross Cardio (Tabata) (attività funzionale) Simone Magliola	Reejam (attività fun - balli) Sara Mion	Beach Volley School	Beach Volley School Beach Soccer School
	sabato	12-ago					
	domenica	13-ago					
Settimana n. 15	lunedì	14-ago Mobility (attività olistica) Simone Magliola	Shape your body (attività funzionale) Manuela D'Amato	Cross Cardio (Time) (attività funzionale) Simone Magliola	Aeroeasy (aero-dance) Manuela D'Amato	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	martedì	15-ago					
	mercoledì	16-ago Functional (attività funzionale) Anna Logan	Free Up (attività funzionale) Mirko Crespi	Functional (attività funzionale) Anna Logan	Free Up (attività funzionale) Mirko Crespi	Beach Volley School	Beach Volley School Beach Soccer School
	giovedì	17-ago					
	venerdì	18-ago Ginnastica Posturale (attività olistica) Cristiano Lollo	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Stretching dei meridiani (attività olistica) Cristiano Lollo	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Beach Volley School Beach Soccer School
Settimana n. 16	sabato	19-ago					
	domenica	20-ago					
	lunedì	21-ago Free Up (attività funzionale) Mirko Crespi	Functional (attività funzionale) Anna Logan	Free Up (attività funzionale) Mirko Crespi	Functional (attività funzionale) Anna Logan	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	martedì	22-ago					
	mercoledì	23-ago Digital Nordic Walking (attività funzionale) Gabel	Shape your body (attività funzionale) Manuela D'Amato	Aeroeasy (aero-dance) Manuela D'Amato	Digital Nordic Walking (attività funzionale) Gabel	Beach Volley School	Beach Volley School Beach Soccer School
Settimana n. 17	giovedì	24-ago					
	venerdì	25-ago Olistic Workout (attività olistica) Cristiano Lollo	Cross Cardio (Amrap) (attività funzionale) Daniele Magliola	Cross Cardio (Emom) (attività funzionale) Daniele Magliola	Oi Well (attività olistica) Cristiano Lollo	Yoza Bimbi (attività olistica) Sonia Zanin	Beach Volley School Beach Soccer School
	sabato	26-ago					
	domenica	27-ago					
	lunedì	28-ago Mobility (attività olistica) Daniele Magliola	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Cross Cardio (Emom) (attività funzionale) Daniele Magliola	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Beach Volley School Beach Soccer School
Settimana n. 18	martedì	29-ago					
	mercoledì	30-ago Digital Nordic Walking (attività funzionale) Gabel	Zumba (attività fun - balli) Daniela Acosta	Zumba (attività fun - balli) Daniela Acosta	Digital Nordic Walking (attività funzionale) Gabel	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	giovedì	31-ago					
	venerdì	1-set Yoza Basic (attività olistica) Cristiano Lollo	Cross Cardio (attività funzionale) Jairo Junior	Cross Cardio (attività funzionale) Jairo Junior	Yoza Sensoriale (attività olistica) Cristiano Lollo	Yoza Bimbi (attività olistica) Sonia Zanin	Beach Volley School Beach Soccer School
	sabato	2-set					
Settimana n. 19	domenica	3-set					
	lunedì	4-set Mobility (attività olistica) Jairo Junior	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Cross Cardio (attività funzionale) Jairo Junior	Revolution Sambafit (attività fun - balli) Eduardo da Silva	Beach Volley School Beach Soccer School
	martedì	5-set					
	mercoledì	6-set Zumba (attività fun - balli) Luca de Nigro	Animal Flow Power Stretch (attività olistica) Chiara Bertozzo	Zumba (attività fun - balli) Luca de Nigro	Animal Flow Power Stretch (attività olistica) Chiara Bertozzo	Beach Soccer School	Beach Volley School Beach Soccer School
	giovedì	7-set					
Settimana n. 20	venerdì	8-set Pilates (attività olistica) Nicolas Rosan	Pop (attività funzionale) Nicolas Rosan	Functional Fitness (attività funzionale) Nicolas Rosan	Country Fitness (attività funzionale) Nicolas Rosan	Hadov (attività fun - balli) Nicolas Rosan	Beach Volley School Beach Soccer School