



CENTRO
REGIONALE
DI MEDICINA
DELLO SPORT
T R I E S T E



FBI
FITNESS BEST INNOVATIONS

CORSO DI PILATES BODY & MIND

Trieste, 9 febbraio 2008

Docente: Prof. FABIO MEMMO (Staff FBI, Studio "Pilates" Trento)
introdurrà il Dr GIANFRANCO STUPAR (Centro Regionale Medicina dello Sport Trieste)

PROGRAMMA DEL CORSO

Ore 9,30: registrazione partecipanti
Ore 10,00: Workout "Pilates Miniballs"
Ore 11,00: Workshop "Yoga-Pilates"
Pausa pranzo
Ore 14,00: Workout "Risveglio Energetico"
Ore 15,00: Workout "Pilates Bigballs"

Il Corso è aperto a tutte le persone interessate: praticanti il Pilates,
Istruttori Fitness, Fisioterapisti e altri Operatori Sanitari...

COSTO del CORSO

€ 90 + IVA fino al 20 gennaio 2008

€ 100 + IVA dopo il 20 gennaio 2008

CORSO A NUMERO CHIUSO (max 30 persone)

Sede del Corso: **Palestra A&R – Via Flavia, 9 – Trieste**

Segreteria organizzativa :

Centro Regionale di Medicina dello Sport C.O.N.I. – F.M.S.I. Trieste
Piazzale Azzurri d'Italia, 3 c/o Stadio Comunale "Nereo Rocco" – TRIESTE
tel. 040 – 8323325 (ore 15,30 – 19,30)

Il pagamento è possibile con contanti, con carta di credito o con bonifico bancario
a favore del Centro Regionale di Medicina dello Sport di Trieste
(Banca Antonveneta, IBAN IT38F050400223000000022725P)

verrà rilasciato un attestato di partecipazione