



**Progetto di formazione “assistente di sala pesi”
Liceo sportivo Viareggio**

5 CLS – martedì dalle ore 10 alle ore 12
5 BLS – mercoledì dalle ore 9 alle ore 11
5 ALS – venerdì ore dalle ore 10 alle ore 12

10 incontri in ogni classe

Martedì

7 novembre – 21 novembre – 5 dicembre – 12 dicembre – 9 gennaio –
23 gennaio – 6 febbraio – 20 febbraio – 5 marzo – 19 marzo

Mercoledì

8 novembre – 22 novembre – 6 dicembre – 13 dicembre – 10 gennaio –
24 gennaio – 7 febbraio – 21 febbraio – 6 marzo – 20 marzo

Venerdì

10 novembre – 24 novembre – 8 dicembre – 15 dicembre – 12 gennaio –
26 gennaio – 9 febbraio – 23 febbraio – 8 marzo – 22 marzo

All'interno degli incontri verranno distribuite

- 1 giornata di coaching sportivo
- 1/2 giornate di allenamento e assistenza alla disciplina del Calisthenics

GENESI WELLNESS CITY SSD A RL _ P.IVA 02332670468

#TASSIGNANO _ VIA DEL CASALINO _ 55012 CAPANNORI _ T: 0583 936707 _ F: 0583 932557

#MUGNANO _ VIA DI MUGNANO 638 _ 55100 LUCCA _ T: 0583 1714828 _ F: 0583 1713217

WWW.GENESI.FITNESS _ INFO@GENESI.FITNESS