



VI ASPETTIAMO IN VIA GIARRATANA, 54 ROMA
DAL 21 MAGGIO AL 22 MAGGIO
CON ADRIANA CRISCI

STAGE di GinnasticaTM

SABATO 21 10:00/12:00
RISERVATO AI CORSI BASE



SABATO 21 15:00/19:00
RISERVATO AI CORSI
PRE AGONISTICI / AGONISTICI

DOMENICA 22 10:00/13:00 15:00/18:00
RISERVATO AL SETTORE AGONISTICO



INFO E ISCRIZIONI
MARTINA PASQUINO
346 3733105

GYMARTIST.INFO@GMAIL.COM



ALLENAMENTO APERTO
A SOCIETA' ED ATLETE ESTERNE



Stage di Ginnastica Artistica



con Adriana Crisci

FINALISTA OLIMPICA DI SYDNEY 2000



La "Professional Gymnastics Movement" SSD S.r.l. organizza insieme alla Società GYMARTIST un appuntamento sportivo di FORMAZIONE TECNICA per Atlete agoniste e non di Ginnastica Artistica.

L'allenamento è aperto a tutte le Atlete ed i Tecnici che avranno voglia di avvicinarsi a nuove metodologie e viverci una nuova esperienza, confrontandosi e apprendendo metodologie e tecniche studiate proprio da Adriana negli ultimi anni di attività lavorativa sia come Atleta che come Tecnico.

[LEGGI DI PIÙ](#)



Sabato 21 maggio - 10.00/12.00

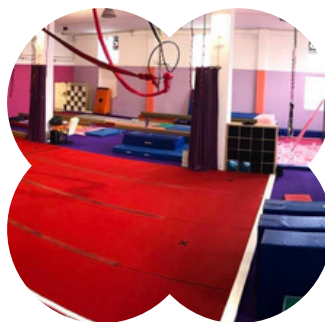
Allenamento riservato ai CORSI BASE

PROGRAMMAZIONE

Warm Up
Lavori di Pliometria di Base
Posture
Verticali
Acrobatica di base avanti

€ 30

[ISCRIVITI ORA!](#)



Sabato 21 maggio - 15.00/19.00

Allenamento riservato ai corsi PRE AGONISTICI/AGONISTICI

PROGRAMMAZIONE

Warm Up
Lavori di Pliometria di Base
Posture
Verticali
Acrobatica di base avanti
Acrobatica di base indietro

€ 60

[ISCRIVITI ORA!](#)



Domenica 22 maggio - 10.00/18.00

Allenamento riservato al settore AGONISTICO

PROGRAMMAZIONE

Warm Up
Verticali
Acrobatica Avanti Avanzata
Acrobatica indietro Avanzata
Studio degli avvitamenti Avanti/Indietro
Trave - elementi Acrobatici

€ 100

[ISCRIVITI ORA!](#)



Iscrizioni

Martina Pasquino

3463733105 - gymartist.info@gmail.com

