

### venerdì 23

14:00	20:00	Masterclass	AREA BIMBI - GONFIABILI SPORTIVI	DECATHLON
14:00	20:00	Masterclass	ATTIVITA' DI EQUITAZIONE E BATTESIMO DELLA SELLA	ASI
14:00	20:00	Masterclass	BADMINTON - PROVE TECNICHE E TORNEI	FIBA
14:00	20:00	Masterclass	BUNJEE JUMPING	SKYBROTHERS ASD
14:00	20:00	Masterclass	CAMPO DI PAINTBALL	ASD AIRSOFTCUBE
14:00	20:00	Esibizioni	ESIBIZIONI SCUOLE CALCIO	FIGC
14:00	20:00	Masterclass	LEZIONI DI GRAPPLING E MMA IN GABBIA - ESIBIZIONI	FIGMMA - MMA ACADEMY FROSINONE
14:00	20:00	Masterclass	MINI BASKET - DALLE 16:30 STREET BASKETBALL CONTEST	PALLACANESTRO SORA
14:00	20:00	Masterclass	PERCORSO DI SOFTAIR	SILENT THREATS
14:00	20:00	Masterclass	PISTA MINI MOTO / CORSI DI PILOTAGGIO	FMI
14:00	20:00	Esibizioni	TORNEO BEACH RUGBY	FIR - VOLSCI RUGBY SORA
15:00	16:00	Masterclass	MISSION 3 - FUNCTIONAL BODYWEIGHT E KETTLEBELL	MFG - MILITARY FITNESS
16:00	17:00	Masterclass	MISSION 4 - CROSS MFG	MFG - MILITARY FITNESS
17:00	18:00	Masterclass	MISSION 5 - CROSS MFG	MFG - MILITARY FITNESS
18:00	19:00	Masterclass	MISSION 6 - FUNCTIONAL MFG	MFG - MILITARY FITNESS

### sabato 24

9:00	9:30	Esibizioni	BRIEFING CUG/RAPPRESENTANTI SOCIETA'	FISR - COPPA ITALIA 2017
9:45	10:00	Esibizioni	PROVA PISTA CAT. GIOVANISSIMI/ESORDIENTI/RAGAZZI	FISR - COPPA ITALIA 2017
10:00	20:00	Masterclass	AREA BIMBI - GONFIABILI SPORTIVI	DECATHLON
10:00	20:00	Masterclass	ATTIVITA' DI EQUITAZIONE E BATTESIMO DELLA SELLA	ASI
10:00	20:00	Masterclass	BADMINTON - PROVE TECNICHE E TORNEI	FIBA
10:00	20:00	Masterclass	BUNJEE JUMPING	SKYBROTHERS ASD
10:00	20:00	Masterclass	CAMPO DI PAINTBALL	ASD AIRSOFTCUBE
10:00	20:00	Demo	ESIBIZIONI SCUOLE CALCIO	FIGC
10:00	20:00	Masterclass	LEZIONI DI GRAPPLING E MMA IN GABBIA - ESIBIZIONI	FIGMMA - MMA ACADEMY FROSINONE
10:00	20:00	Masterclass	MINI BASKET - DALLE 16:30 STREET BASKETBALL CONTEST	PALLACANESTRO SORA
10:00	20:00	Masterclass	PERCORSO DI SOFTAIR	SILENT THREATS
10:00	20:00	Masterclass	PISTA MINI MOTO / CORSI DI PILOTAGGIO	FMI
10:00	10:30	Esibizioni	PROVA PISTA CAT. ALLIEVI/JUNIOR/SENIOR	FISR - COPPA ITALIA 2017
10:00	20:00	Esibizioni	TORNEO BEACH RUGBY	FIR - VOLSCI RUGBY SORA
10:30	11:00	Esibizioni	GARA ROLLER CROSS	FISR - COPPA ITALIA 2017

11:00	12:00	Esibizioni	GARA STYLE SLALOM CAT. ALLIEVI/JUNIOR/SENIOR	FISR - COPPA ITALIA 2017
11:00	12:00	Masterclass	MISSION 1 - FUNCTIONAL BODYWEIGHT	MFG - MILITARY FITNESS
12:00	13:00	Masterclass	MISSION 2 - CROSS MFG	MFG - MILITARY FITNESS
15:00	16:00	Masterclass	MISSION 3 - FUNCTIONAL BODYWEIGHT E KETTLEBELL TRAINING	MFG - MILITARY FITNESS
16:00	17:00	Masterclass	MISSION 4 - CROSS MFG	MFG - MILITARY FITNESS
17:00	18:00	Masterclass	MISSION 5 - CROSS MFG	MFG - MILITARY FITNESS
18:00	19:00	Masterclass	MISSION 6 - FUNCTIONAL MFG	MFG - MILITARY FITNESS

## domenica 25

10:00	20:00	Masterclass	AREA BIMBI - GONFIABILI SPORTIVI	DECATHLON
10:00	20:00	Masterclass	ATTIVITA' DI EQUITAZIONE E BATTESIMO DELLA SELLA	ASI
10:00	20:00	Masterclass	BADMINTON - PROVE TECNICHE E TORNEI	FIBA
10:00	20:00	Masterclass	BUNJEE JUMPING	SKYBROTHERS ASD
10:00	20:00	Masterclass	CAMPO DI PAINTBALL	ASD AIRSOFTCUBE
10:00	20:00	Esibizioni	ESIBIZIONI SCUOLE CALCIO	FIGC
10:00	20:00	Masterclass	LEZIONI DI GRAPPLING E MMA IN GABBIA - ESIBIZIONI	FIGMMA - MMA ACADEMY FROSINONE
10:00	20:00	Masterclass	MINI BASKET - DALLE 16:30 STREET BASKETBALL CONTEST	PALLACANESTRO SORA
10:00	20:00	Masterclass	PERCORSO DI SOFTAIR	SILENT THREATS
10:00	20:00	Masterclass	PISTA MINI MOTO / CORSI DI PILOTAGGIO	FMI
10:00	20:00	Esibizioni	TORNEO BEACH RUGBY	FIR - VOLSCI RUGBY SORA
11:00	12:00	Masterclass	MISSION 1 - FUNCTIONAL BODYWEIGHT	MFG - MILITARY FITNESS
12:00	13:00	Masterclass	MISSION 2 - CROSS MFG	MFG - MILITARY FITNESS
15:00	16:00	Masterclass	MISSION 3 - FUNCTIONAL BODYWEIGHT E KETTLEBELL TRAINING	MFG - MILITARY FITNESS
16:00	17:00	Masterclass	MISSION 4 - CROSS MFG	MFG - MILITARY FITNESS
17:00	18:00	Masterclass	MISSION 5 - CROSS MFG	MFG - MILITARY FITNESS
18:00	19:00	Masterclass	MISSION 6 - FUNCTIONAL MFG	MFG - MILITARY FITNESS
18:00		Esibizioni	PARTENZA SPLASH COLOR RUN	AICS
18:00		Esibizioni	WIK 3 WAR IN CAGE - INCONTRI PROFESSIONISTICI E DILETTANTISTICI MMA	FIGMMA - MMA ACADEMY FROSINONE

# PROGRAMMA

## ARRAMPICATA INGRESSO



## venerdì 23

14:00	20:00	Masterclass	ARRAMPICATA (PROVA LIBERA)	AURORA TEAM
-------	-------	-------------	----------------------------	-------------

## sabato 24

10:00	20:00	Masterclass	ARRAMPICATA (PROVA LIBERA)	AURORA TEAM
-------	-------	-------------	----------------------------	-------------

## domenica 25

10:00	20:00	Masterclass	ARRAMPICATA (PROVA LIBERA)	AURORA TEAM
-------	-------	-------------	----------------------------	-------------

# P R O G R A M M A

## Esterno A3



## venerdì 23

9:00	9:30	Masterclass	OPERAZIONI DI SEGRETERIA - RITROVO ATLETI	FISR - COPPA ITALIA 2017
9:45	10:00	Esibizioni	BRIEFING CUG/RAPPRESENTANTI SOCIETA'	FISR - COPPA ITALIA 2017
10:00	10:30	Esibizioni	TRAINING SPEED SLALOM	FISR - COPPA ITALIA 2017
10:30	11:00	Esibizioni	GARA SPEED SLALOM	FISR - COPPA ITALIA 2017
11:00	12:00	Esibizioni	GARA STYLE SLALOM CAT. GIOVANISSIMI/ESORDIENTI/RAGAZZI	FISR - COPPA ITALIA 2017

## domenica 25

		Esibizioni	PREMIAZIONI	FISR - COPPA ITALIA 2017
9:00	9:30	Esibizioni	BRIEFING CUG/RAPPRESENTANTI SOCIETA'	FISR - COPPA ITALIA 2017
9:45	10:15	Esibizioni	GARA HIGHT JUMP	FISR - COPPA ITALIA 2017
9:45	10:15	Esibizioni	TRAINING HIGHT JUMP	FISR - COPPA ITALIA 2017

# P R O G R A M M A

## FITNESS 7 Funzionale



## sabato 24

10:00	20:00	Masterclass	STAGE DI WINGCHUN TRADIZIONALE	SAMLAWINGCHUN ITALIA
-------	-------	-------------	--------------------------------	----------------------

# P R O G R A M M A

## INGRESSO PRINCIPALE



## venerdì 23

14:00	20:00	Masterclass	VASCA PER IMMERSIONI PROVE IN ACQUA	ASSOSCUBA
-------	-------	-------------	-------------------------------------	-----------

## sabato 24

10:00	20:00	Masterclass	VASCA PER IMMERSIONI PROVE IN ACQUA	ASSOSCUBA
-------	-------	-------------	-------------------------------------	-----------

## domenica 25

10:00	20:00	Masterclass	VASCA PER IMMERSIONI PROVE IN ACQUA	ASSOSCUBA
-------	-------	-------------	-------------------------------------	-----------

# PROGRAMMA

## ISOLA DEL LIRI - CAPITINO



**venerdì 23**

16:00	19:00	Esibizioni	PROVA LIBERA	DOWNHILL INLINE - CAMPIONATO ITALIANO
-------	-------	------------	--------------	---------------------------------------

**sabato 24**

9:00	12:00	Esibizioni	PROVA LIBERA	DOWNHILL INLINE - CAMPIONATO ITALIANO
10:00	20:00	Esibizioni	TAPPA WATERFALL CHALLENGE - CAMPIONATO ITALIANO SKATEBOARD	ITALIAN SKATEBOARDING COMMISSION
16:00	18:00	Esibizioni	1° E 2° MANCHE CRONOMETRATA INLINE, LONGBOARD E LUGE	DOWNHILL INLINE - CAMPIONATO ITALIANO
18:00	19:00	Esibizioni	CAMPIONATO ITALIANO INLINE	DOWNHILL INLINE - CAMPIONATO ITALIANO

**domenica 25**

9:30	10:30	Esibizioni	CROSS CAMPIONATO ITAL INLINE	DOWNHILL INLINE - CAMPIONATO ITALIANO
10:00	20:00	Demo	TAPPA WATERFALL CHALLENGE - CAMPIONATO ITALIANO SKATEBOARD	ITALIAN SKATEBOARDING COMMISSION
10:30	13:30	Esibizioni	CROSS INLINE, LONGBOARD E LUGE	DOWNHILL INLINE - CAMPIONATO ITALIANO

# PROGRAMMA

## ISOLA LIRI - SORA - CASTELLIRI



**sabato 24**

15:00	17:00	Esibizioni	CAMPIONATO REGIONALE CSAIN GIRO DELLA CIOCIARIA MASTER	CSAIN
-------	-------	------------	--	-------

# PROGRAMMA

## PAD. A



**venerdì 23**

15:00	15:45	Masterclass	TUTORIAL "ALLENAMENTO AL FEMMINILE": SUMMER FAT LOSS	OMNIA FITNESS
15:30	16:30	Masterclass	STARK BODY FLYIING	STARK BODY FLYIING
17:00	17:30	Masterclass	CONOSCI IL TUO RESPIRO	YOGA THEIA A.S.D.
17:30	18:00	Masterclass	STARK BODY FLYIING	STARK BODY FLYIING
18:30	19:00	Masterclass	HATHA YOGA. LO YOGA DEL SOLE E DELLA LUNA	YOGA THEIA A.S.D.

**sabato 24**

10:30	11:30	Masterclass	LEZIONE DI GRUPPO CON PIERGIORGIO	OMNIA FITNESS
10:30	11:00	Masterclass	STARK BODY FLYIING	STARK BODY FLYIING

11:00	11:30	Masterclass	TRADITIONAL PILATES - LEZIONE DIMOSTRATIVA CON ISABELLA	OMNIA FITNESS
11:30	12:00	Masterclass	PRATICARE LA CONSAPEVOLEZZA	YOGA THEIA A.S.D.
11:30	12:00	Masterclass	STARK BODY FLYIING	STARK BODY FLYIING
12:00	13:00	Masterclass	TRADITIONAL PILATES - LEZIONE DI PROVA SU PRENOTAZIONE	OMNIA FITNESS
15:00	15:30	Masterclass	MEDITAZIONE SUI PENSIERI	YOGA THEIA A.S.D.
15:00	15:30	Masterclass	STARK BODY FLYIING	STARK BODY FLYIING
16:00	16:30	Masterclass	STARK BODY FLYIING	STARK BODY FLYIING
16:00	17:00	Masterclass	TRADITIONAL PILATES - LEZIONE DI PROVA SU PRENOTAZIONE	OMNIA FITNESS
16:30	17:00	Masterclass	YOGA RISTORATIVO	YOGA THEIA A.S.D.
17:00	18:00	Masterclass	LEZIONE DI GRUPPO CON FRANCESCA	OMNIA FITNESS
17:00	17:30	Masterclass	TRADITIONAL PILATES - LEZIONE DIMOSTRATIVA CON ISABELLA	OMNIA FITNESS
17:30	19:00	Masterclass	TRADITIONAL PILATES - LEZIONE DI PROVA SU PRENOTAZIONE	OMNIA FITNESS
18:30	19:00	Masterclass	HATHA YOGA. LO YOGA DEL SOLE E DELLA LUNA	YOGA THEIA A.S.D.

## domenica 25

10:30	11:30	Masterclass	LEZIONE DI GRUPPO CON FRANCESCA	OMNIA FITNESS
10:30	11:00	Masterclass	STARK BODY FLYIING	STARK BODY FLYIING
11:00	11:30	Masterclass	TRADITIONAL PILATES - LEZIONE DIMOSTRATIVA CON ISABELLA	OMNIA FITNESS
11:30	11:50	Masterclass	IL RITUALE BALINESE AGAMA TIRTHA	YOGA THEIA A.S.D.
11:30	12:00	Masterclass	STARK BODY FLYIING	STARK BODY FLYIING
12:00	13:00	Masterclass	TRADITIONAL PILATES - LEZIONE DI PROVA SU PRENOTAZIONE	OMNIA FITNESS
14:00	20:00	Masterclass	PANCA FIT - LEZIONI INDIVIDUALI SU PRENOTAZIONE CON DIEGO	OMNIA FITNESS
15:00	17:00	Masterclass	NUAD PHANETHAI BORAN - MASSAGGIO DIGITO PRESSORIO SU SISTEMA LINFATICO	OMNIA FITNESS
15:00	15:30	Masterclass	STARK BODY FLYIING	STARK BODY FLYIING
15:30	16:00	Masterclass	LO YOGA PER LA COPPIA	YOGA THEIA A.S.D.
16:00	16:30	Masterclass	STARK BODY FLYIING	STARK BODY FLYIING
16:00	17:00	Masterclass	TRADITIONAL PILATES - LEZIONE DI PROVA SU PRENOTAZIONE	OMNIA FITNESS
17:00	17:30	Masterclass	TRADITIONAL PILATES - LEZIONE DIMOSTRATIVA CON ISABELLA	OMNIA FITNESS
17:30	18:00	Masterclass	LE TRANSIZIONI NELLE ASANA	YOGA THEIA A.S.D.
17:30	19:00	Masterclass	TRADITIONAL PILATES - LEZIONE DI PROVA SU PRENOTAZIONE	OMNIA FITNESS
18:30	19:00	Masterclass	HATHA YOGA. LO YOGA DEL SOLE E DELLA LUNA	YOGA THEIA A.S.D.
19:00	19:30	Masterclass	TRATTAMENTO REIKI	YOGA THEIA A.S.D.

**P R O G R A M M A**

PAD. A1



## venerdì 23

14:00	20:00	Masterclass	ESIBIZIONI KARATE - CRAV - MAGA - SELF - DEFENCE	MSP
14:00	20:00	Masterclass	LEZIONI E ESIBIZIONI TAEKWONDO	FED. ITALIANA TAEKWONDO
14:00	20:00	Masterclass	POSTAZIONI DI TIRO CON SIMULATORE LASER	UIITS
14:00	20:00	Masterclass	PROVE CON SIMULATORE DI VELA	FIV
14:00	20:00	Masterclass	PROVE DI SCHERMA	FIS COMITATO REGIONALE LAZIO
14:00	20:00	Masterclass	SCUOLA DI VOLO VDF / VOLO MOTORE E VOLO LIBERO	AECI - AERoclub DELLA CIOCIARIA
14:00	20:00	Demo	SIMULATORE DI GUIDA - CONCORSI - ESPOSIZIONE AUTO	ACI FROSINONE

## sabato 24

10:00	20:00	Masterclass	ESIBIZIONI KARATE - CRAV - MAGA - SELF - DEFENCE	MSP
10:00	20:00	Masterclass	LEZIONI E ESIBIZIONI TAEKWONDO	FED. ITALIANA TAEKWONDO
10:00	20:00	Masterclass	POSTAZIONI DI TIRO CON SIMULATORE LASER	UIITS
10:00	20:00	Masterclass	PROVE CON SIMULATORE DI VELA	FIV
10:00	20:00	Masterclass	PROVE DI SCHERMA - TORNEO	FIS COMITATO REGIONALE LAZIO
10:00	20:00	Masterclass	SCUOLA DI VOLO VDF / VOLO MOTORE E VOLO LIBERO	AECI - AERoclub DELLA CIOCIARIA
10:00	20:00	Demo	SIMULATORE DI GUIDA - CONCORSI - ESPOSIZIONE AUTO	ACI FROSINONE

## domenica 25

10:00	20:00	Masterclass	ESIBIZIONI KARATE - CRAV - MAGA - SELF - DEFENCE	MSP
10:00	20:00	Masterclass	LEZIONI E ESIBIZIONI TAEKWONDO	FED. ITALIANA TAEKWONDO
10:00	20:00	Masterclass	POSTAZIONI DI TIRO CON SIMULATORE LASER	UIITS
10:00	20:00	Masterclass	PROVE CON SIMULATORE DI VELA	FIV
10:00	20:00	Masterclass	PROVE DI SCHERMA	FIS COMITATO REGIONALE LAZIO
10:00	20:00	Masterclass	SCUOLA DI VOLO VDF / VOLO MOTORE E VOLO LIBERO	AECI - AERoclub DELLA CIOCIARIA
10:00	20:00	Demo	SIMULATORE DI GUIDA - CONCORSI - ESPOSIZIONE AUTO	ACI FROSINONE

# PROGRAMMA

## Pad. A2



## venerdì 23

14:00	17:00	Masterclass	KICK BOXING	KICK BOXING
15:00	15:30	Masterclass	OLISTIC WORKOUT MYSA	CSEN FITNESS
15:00	15:45	Masterclass	TUTORIAL "ALLENAMENTO AL FEMMINILE": SUMMER FAT LOSS	FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL
15:00	15:45	Masterclass	WALKEXERCISE	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
15:00	15:30	Masterclass	ZUMBA FITNESS	ZUMBA
15:30	16:00	Masterclass	HIGH DEFINITION POWER	CSEN FITNESS

15:45	16:15	Masterclass	DANSYNG FREDDY	DANSYNG FREDDY
16:00	16:30	Masterclass	AEROBICA	CSEN FITNESS
16:00	17:00	Masterclass	FIT BOXE ACADEMY	FIT BOXE ACADEMY
16:00	16:30	Masterclass	LAMBAEROBICA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
16:00	16:45	Masterclass	STIK WALK	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
16:30	17:00	Masterclass	COUNTRY FITNESS	COUNTRY FITNESS
16:30	17:00	Masterclass	EVOBOARD	CSEN FITNESS
16:30	17:00	Masterclass	G.A.G LAMBA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
17:00	17:30	Masterclass	MUAY EXPLOSION	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
17:00	17:30	Masterclass	STEP	CSEN FITNESS
17:00	17:45	Masterclass	TUTORIAL "KETTLEBELL TRAINING": ENTER THE SNATCH	FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL
17:15	17:45	Masterclass	POWERBOUND	POWERBOUND
17:30	18:00	Masterclass	FITNESS FUNZIONALE B.F.T	CSEN FITNESS
17:30	18:00	Masterclass	IAM FITNESS	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
18:00	19:00	Masterclass	BOX & CO	FIT BOXE ACADEMY
18:00	18:30	Masterclass	DANSYNG FREDDY	DANSYNG FREDDY
18:00	18:30	Masterclass	SAMBA - ASC DANZA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
18:30	19:00	Masterclass	REGGAETON BRAZIL	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
18:45	19:15	Masterclass	KANGOO JUMP	KANGOO JUMPS
19:00	19:30	Masterclass	FUNK CARIOCA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
19:30	20:00	Masterclass	AXE BRASIL	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS

## sabato 24

10:00	20:00	Esibizioni	35TH NBBUI EUROPE - EUROPEAN CHAMPIONSHIP TOUR	NBBUI
10:00	20:00	Esibizioni	CAMPIONATO ITALIANO BENCH PRESS	NBBUI
10:15	11:15	Masterclass	BODYATTACK	LES MILLS
10:30	11:00	Masterclass	AEROBICA	CSEN FITNESS
10:30	11:00	Masterclass	COUNTRY FITNESS	COUNTRY FITNESS
10:30	11:00	Masterclass	IAM FITNESS	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
10:30	11:00	Masterclass	POWERBOUND	POWERBOUND
11:00	12:00	Masterclass	BOXE & BO	FIT BOXE ACADEMY
11:00	11:30	Masterclass	COUNTRY FITNESS	COUNTRY FITNESS
11:00	11:30	Masterclass	HIGH DEFINITION POWER	CSEN FITNESS
11:00	11:30	Masterclass	REGGAETON DANCE	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
11:00	11:45	Masterclass	WALKXERCISE	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
11:00	13:30	WorkShop	WORKSHOP "STAND UP GLUTEUS!"	FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL
11:15	12:15	Masterclass	SH'BAM	LES MILLS
11:30	12:00	Masterclass	G.A.G LAMBA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS

11:30	12:00	Masterclass	STEP	CSEN FITNESS
12:00	12:30	Masterclass	FITNESS FUNZIONALE B.F.T.	CSEN FITNESS
12:00	12:30	Masterclass	JUST DANSYNG PUMP - ALEX VILIGIARDI	DANSYNG FREDDY
12:00	12:45	Masterclass	STAGE DI SAMBA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
12:00	12:45	Masterclass	STIK WALK	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
12:00	13:00	Masterclass	VE & RING	FIT BOXE ACADEMY
12:15	13:15	Masterclass	CXWORX	LES MILLS
12:30	13:00	Masterclass	EVOBOARD	CSEN FITNESS
12:45	13:15	Masterclass	ISACCO GIACOMEL	ISACCO GIACOMEL
13:00	13:30	Masterclass	IAM FITNESS	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
13:30	14:00	Masterclass	KANGOO JUMPS ITALIA	KANGOO JUMPS
14:00	15:00	Masterclass	AEROKOMBAT CIRCUIT - CACACE & SCOLAMACCHIA	FIKBMS
14:00	15:00	Masterclass	BODYVIVE ACTIVE	LES MILLS
14:00	14:30	Masterclass	MUAY EXPLOSION	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
14:30	15:00	Masterclass	LAMBAEROBICA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
14:30	15:00	Masterclass	STEP	CSEN FITNESS
15:00		Masterclass	AEROKOBAT - SCOLAMACCHIA	FIKBMS
15:00	14:45	Masterclass	ALLENAMENTO AL FEMMINILE:GLUTEUS TIMING ACTIVATION	FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL
15:00	16:00	Masterclass	BODY BALANCE	LES MILLS
15:00	15:45	Masterclass	CROSS WALK	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
15:00	15:30	Masterclass	HIGH DEFINITION POWER	CSEN FITNESS
15:00	15:30	Masterclass	LAMBAEROBICA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
15:00	15:30	Masterclass	ZUMBA FITNESS	ZUMBA
15:30	16:00	Masterclass	MUAY EXPLOSION	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
15:30	16:00	Masterclass	STEP	CSEN FITNESS
15:45	16:15	Masterclass	KANGOO JUMPS ITALIA	KANGOO JUMPS
16:00	16:30	Masterclass	FITNESS FUNZIONALE B.F.T.	CSEN FITNESS
16:00	17:00	Masterclass	FLY & BOXE	FIT BOXE ACADEMY
16:00	17:00	Masterclass	GRIT CARDIO	LES MILLS
16:00	16:30	Masterclass	LAMBA KIDS	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
16:00	18:00	WorkShop	PHYSICALL STEEL WORKSHOP	FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL
16:00	16:45	Masterclass	WALK & TONE	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
16:30	17:30	Masterclass	AEROBIC PARTY AKI	CSEN FITNESS
16:30	17:00	Masterclass	G.A.G LAMBA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
16:30	17:00	Masterclass	JUST DANSYNG PUMP - ALEX VILIGIARDI	DANSYNG FREDDY
17:00		Masterclass	AEROKOMBAT ONLY BOXE - CACACE & SCOLAMACCHIA	FIKBMS
17:00	18:00	Masterclass	BODYCOMBAT	LES MILLS



17:00	17:45	Masterclass	POWER WALK	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
17:00	17:30	Masterclass	STAGE AFRO JAZZ	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
17:15	17:45	Masterclass	ISACCO GIACOMEL	ISACCO GIACOMEL
17:30	18:00	Masterclass	EVOBOARD	CSEN FITNESS
17:30	18:00	Masterclass	IAM FITNESS	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
18:00	18:45	Masterclass	CARDIO WALK	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
18:00	19:00	Masterclass	FIT & BOXE	FIT BOXE ACADEMY
18:00	18:30	Masterclass	OLISTIC WORKOUT	CSEN FITNESS
18:00	18:30	Masterclass	POWERBOUND	POWERBOUND
18:00	18:30	Masterclass	SAMBA - ASC DANZA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
18:30	19:00	Masterclass	REGGAETON BRAZIL	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
18:45	19:15	Masterclass	ZUMBA FITNESS	ZUMBA
19:00	20:00	Masterclass	SHOW TEAM ASC SPORT - DANZA E FITNESS	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS

## domenica 25

10:00	12:00	Esibizioni	ISCRIZIONE BIKINI CONTEST - CONCORSO DI BELLEZZA SPORTIVA	NBBUI
10:15	11:15	Masterclass	CXWORX	LES MILLS
10:30	11:00	Masterclass	FITNESS FUNZIONALE B.F.T	CSEN FITNESS
10:30	11:00	Masterclass	G.A.G LAMBA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
10:30	11:00	Masterclass	ZUMBA	ZUMBA
11:00	11:30	Masterclass	AEROBICA	CSEN FITNESS
11:00	12:00	Masterclass	FLY&BOXE	FIT BOXE ACADEMY
11:00	11:30	Masterclass	MUAY EXPLOSION	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
11:00	11:45	Masterclass	WALKEXERCISE	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
11:15	12:15	Masterclass	BODYVIVE ACTIVE	LES MILLS
11:15	11:45	Masterclass	COUNTRY FITNESS	COUNTRY FITNESS
11:30	12:00	Masterclass	EVOBOARD	CSEN FITNESS
11:30	12:00	Masterclass	IAM FITNESS	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
12:00	13:00	Masterclass	FIT&BOXE	FIT BOXE ACADEMY
12:00	12:30	Masterclass	KANGOO JUMPS	KANGOO JUMPS
12:00	12:30	Masterclass	LAMBA KIDS	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
12:00	12:30	Masterclass	STEP	CSEN FITNESS
12:00	12:45	Masterclass	STIK WALK	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
12:15	13:15	Masterclass	BODYBALANCE	LES MILLS
12:30	13:00	Masterclass	HIGH DEFINITION POWER	CSEN FITNESS
12:30	13:00	Masterclass	REGGAETON DANCE	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
12:45	13:15	Masterclass	JUST DANSYNG PUMP - ALEX VILIGIARDI	DANSYNG FREDDY
13:00	13:30	Masterclass	LAMBAEROBICA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS

13:30	14:00	Masterclass	MUAY EXPLOSION	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
13:30	14:00	Masterclass	POWERBOUND	POWERBOUND
14:00	14:30	Masterclass	G.A.G LAMBA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
14:00	15:00	Masterclass	GRIT CARDIO	LES MILLS
14:15	14:45	Masterclass	ISACCO GIACOMEL	ISACCO GIACOMEL
14:30	15:00	Masterclass	FITNESS FUNZIONALE B.F.T	CSEN FITNESS
14:30	15:00	Masterclass	REGGAETON BRAZIL	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
15:00	15:30	Masterclass	AEROBICA	CSEN FITNESS
15:00	20:00	Esibizioni	BIKINI CONTEST - CONCORSO DI BELLEZZA SPORTIVA	NBBUI
15:00	15:45	Masterclass	CROSS WALK	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
15:00	16:00	Masterclass	SH'BAM	LES MILLS
15:00	16:00	Masterclass	VE&RING	FIT BOXE ACADEMY
15:00	15:30	Masterclass	ZUMBA	ZUMBA
15:30	16:00	Masterclass	FUNK CARIOCA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
15:30	16:00	Masterclass	HIGH DEFINITION POWER	CSEN FITNESS
15:45	16:15	Masterclass	ISACCO GIACOMEL	ISACCO GIACOMEL
16:00		Masterclass	AEROKOMBAT TEAM	FIKBMS
16:00	17:00	Masterclass	BODYCOMBAT	LES MILLS
16:00	16:30	Masterclass	IAM FITNESS	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
16:00	17:00	Masterclass	STEP PARTY AKI	CSEN FITNESS
16:00	16:45	Masterclass	WALK&TONE	FED. ITAL. WALKING & FITNESS
16:30	17:00	Masterclass	JUST DANSYNG PUMP - ALEX VILIGIARDI	DANSYNG FREDDY
16:30	17:00	Masterclass	MUAY EXPLOSION	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
17:00	18:00	Masterclass	BODYATTACK	LES MILLS
17:00	18:00	Masterclass	BOXE&BO	FIT BOXE ACADEMY
17:00	17:30	Masterclass	LAMBAEROBICA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
17:00	17:30	Masterclass	OLISTIC WORKOUT MYSA	CSEN FITNESS
17:15	17:45	Masterclass	POWERBOUND	POWERBOUND
17:30	18:00	Masterclass	EVOBOARD	CSEN FITNESS
17:30	18:00	Masterclass	REGGAETON DANCE	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
18:00	18:30	Masterclass	KANGOO JUMPS	KANGOO JUMPS
18:00	18:30	Masterclass	LAMBAEROBICA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
18:30	20:00	Masterclass	SHOW TEAM ASC SPORT - DANZA E FITNESS	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
18:45	19:15	Masterclass	ZUMBA	ZUMBA

# PROGRAMMA

## PAD. A3



### venerdì 23

14:00	20:00	Masterclass	STAGE DI WINGCHUN TRADIZIONALE	SAMLAOWINGCHUN ITALIA
14:00	20:00	Masterclass	STAGE REGIONALI KARATE SHOTOKAN	AKS ITALIA

### sabato 24

10:00	20:00	Masterclass	STAGE REGIONALI KARATE SHOTOKAN	AKS ITALIA
-------	-------	-------------	---------------------------------	------------

### domenica 25

10:00	20:00	Masterclass	STAGE DI WINGCHUN TRADIZIONALE	SAMLAOWINGCHUN ITALIA
10:00	20:00	Masterclass	STAGE REGIONALI KARATE SHOTOKAN	AKS ITALIA

# PROGRAMMA

## PAD. D



### venerdì 23

14:00	20:00	Masterclass	GIOCHI TRADIZIONALI	FIGEST
-------	-------	-------------	---------------------	--------

### sabato 24

10:00	20:00	Masterclass	GIOCHI TRADIZIONALI	FIGEST
-------	-------	-------------	---------------------	--------

### domenica 25

10:00	20:00	Masterclass	GIOCHI TRADIZIONALI	FIGEST
-------	-------	-------------	---------------------	--------

# PROGRAMMA

## PAD. E



### venerdì 23

14:00	20:00	Masterclass	E- SPORT / SIM RACING PLAYRING	AERON S.
-------	-------	-------------	--------------------------------	----------

### sabato 24

10:00	20:00	Masterclass	E- SPORT / SIM RACING PLAYRING	AERON S.
-------	-------	-------------	--------------------------------	----------

### domenica 25

10:00	20:00	Masterclass	E- SPORT / SIM RACING PLAYRING	AERON S.
-------	-------	-------------	--------------------------------	----------

# PROGRAMMA

## PAD. S



**sabato 24**

10:00	20:00	Masterclass	TIRO CON L'ARCO	SS LAZIO ARCHERY
-------	-------	-------------	-----------------	------------------

**domenica 25**

10:00	20:00	Masterclass	TIRO CON L'ARCO	SS LAZIO ARCHERY
-------	-------	-------------	-----------------	------------------

# PROGRAMMA

## PALA DANZA PAD A3



**sabato 24**

9:30	10:30	Masterclass	MODERN PICCOLI - CAROLINA VALERA	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY
10:30	11:30	Masterclass	CONTEMPORANEO OPEN CLASS - MICHELE BARILE	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY
11:30	12:30	Masterclass	CLASSICO PICCOLI - JOSE' PEREZ	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY
12:30	13:30	Masterclass	MODERN GRANDI - CAROLINA VALERA	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY
13:30	14:30	Masterclass	CLASSICO GRANDI - JOSE' PEREZ	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY
15:30		Masterclass	CONCORSO DANZA	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY

**domenica 25**

9:30	10:30	Masterclass	DANCEHALL - VERONICA CITTI	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY
10:30	11:30	Masterclass	HIP HOP - MILENA GAROFANO	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY
11:30	12:30	Masterclass	VIDEO DANCE BABY - YLENIA BATTISTA	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY
12:30	13:30	Masterclass	BREAK DANCE - PUMBA	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY
13:30	14:30	Masterclass	VIDEO DANCE GRANDI - YLENIA BATTISTA	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY
15:30		Masterclass	CONCORSO DANZA	ASD ARS MOVENDI FULL ENERGY

# PROGRAMMA

## PIAZZALE PAD A2



**venerdì 23**

14:00	19:00	Esibizioni	ALLESTIMENTO AREA E PROVE	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
15:30	16:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
16:00	16:40	Masterclass	BOOT KAMP	FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL

16:30	17:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
17:30	18:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
18:00	18:40	Masterclass	BOOT KAMP :THE HEAT - LA SFIDA!	FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL
18:30	19:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING

## sabato 24

10:00	11:40	Esibizioni	FREE AREA	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
10:30	11:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
11:30	12:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
11:45	12:00	Esibizioni	ESIBIZIONE TEAM BURNINGATE	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
12:00	13:00	Esibizioni	CONTEST DIP	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
13:00	14:25	Esibizioni	FREE AREA	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
14:30	15:00	Masterclass	LEZIONE CORE 30'	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
15:10	15:40	Masterclass	LEZIONE PUSH 30'	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
15:30	16:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
15:50	16:20	Masterclass	LEZIONE PULL 30'	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
16:30	16:45	Esibizioni	ESIBIZIONE TEAM BURNINGATE	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
16:30	17:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
17:00	17:45	Esibizioni	CONTEST PULL UP	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
17:30	18:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
17:45	20:00	Esibizioni	FREE AREA	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
18:30	19:00	Masterclass	BOOT KAMP	FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL
18:30	19:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING

## domenica 25

10:00	20:00	Masterclass	CORSO BASE CALISTHENICS	TEAM BURNINGATE - CALISTHENICS
10:30	11:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
11:30	12:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
15:30	16:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
16:30	17:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
17:30	18:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING
18:30	19:15	Masterclass	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING

# PROGRAMMA

## PISCINA



## sabato 24

10:00	10:30	Masterclass	ACQUAMOVIDA	ISACCO GIACOMEL
-------	-------	-------------	-------------	-----------------

10:40	11:10	Masterclass	3D JUMP	ISACCO GIACOMEL
11:20	11:50	Masterclass	BEATBUSTER	ISACCO GIACOMEL
12:00	12:30	Masterclass	FUNCTIONAL SPLASH	ISACCO GIACOMEL
12:40	13:10	Masterclass	BEATBUSTER	ISACCO GIACOMEL
13:20	13:50	Masterclass	SPARRING	ISACCO GIACOMEL
14:00	14:30	Masterclass	3D JUMP	ISACCO GIACOMEL
14:40	15:10	Masterclass	BEATBUSTER	ISACCO GIACOMEL
15:20	15:50	Masterclass	SPARRING	ISACCO GIACOMEL
16:00	16:30	Masterclass	AGUAMOVIDA	ISACCO GIACOMEL
16:40	17:00	Masterclass	BEATBUSTER	ISACCO GIACOMEL
17:20	17:50	Masterclass	ACQUAMOVIDA	ISACCO GIACOMEL

### domenica 25

10:00	10:30	Masterclass	FUNCTIONAL SPLASH	ISACCO GIACOMEL
10:40	11:10	Masterclass	BEATBUSTER	ISACCO GIACOMEL
11:20	11:50	Masterclass	ACQUAMOVIDA	ISACCO GIACOMEL
12:00	12:30	Masterclass	3D JUMP	ISACCO GIACOMEL
12:40	13:10	Masterclass	SPARRING	ISACCO GIACOMEL
13:20	13:50	Masterclass	BEATBUSTER	ISACCO GIACOMEL
14:00	14:30	Masterclass	BEATBUSTER BIKE	ISACCO GIACOMEL
14:40	15:10	Masterclass	FLUIBALL	ISACCO GIACOMEL
15:20	15:50	Masterclass	ACQUAMOVIDA	ISACCO GIACOMEL
16:00	16:30	Masterclass	BEATBUSTER	ISACCO GIACOMEL
16:40	17:10	Masterclass	SPARRING	ISACCO GIACOMEL
17:20	17:50	Masterclass	3D JUMP	ISACCO GIACOMEL

**PROGRAMMA**

**PONTILE FIUME**



### venerdì 23

14:00	20:00	Demo	INFORMAZIONI SU NORME SICUREZZA FLUVIALE	RESCUE PROJECT
14:00	20:00	Masterclass	PROVA PRATICA IN ACQUA DELLA DISCIPLINA RAFTING E SIMULATORE	FICK

### sabato 24

10:00	20:00	Demo	INFORMAZIONI SU NORME SICUREZZA FLUVIALE	RESCUE PROJECT
10:00	20:00	Masterclass	PROVA PRATICA IN ACQUA DELLA DISCIPLINA RAFTING E SIMULATORE	FICK

**domenica 25**

10:00	20:00	Demo	INFORMAZIONI SU NORME SICUREZZA FLUVIALE	RESCUE PROJECT
10:00	20:00	Masterclass	PROVA PRATICA IN ACQUA DELLA DISCIPLINA RAFTING E SIMULATORE	FICK

**PROGRAMMA**

**SALA CONVEGNI**



**venerdì 23**

15:00		Convegno	I GRUPPI DI CAMMINO	ASL
-------	--	----------	---------------------	-----

**sabato 24**

9:00	14:30	Convegno	IMPROVE YOUR FOOTBALL	AIPAC
17:30	20:00	Convegno	CENSIMENTO GESTIONE FINANZIAMENTI IMPIANTI SPORTIVI COMUNALI	CONI

**domenica 25**

17:00	19:00	Convegno	L'EVOLUZIONE DI FITNESS E NUTRIZIONE-BINOMIO PERFETTO	ACHILLE MARIANI & STEFANO PALOMBI
-------	-------	----------	---	-----------------------------------

**PROGRAMMA**

**WORKSHOP 1**



**sabato 24**

10:00	14:30	WorkShop	LAMBAEROBICA	LAMBAEROBICA DANZA & FITNESS
15:00	18:00	WorkShop	COUNTRY FITNESS	COUNTRY FITNESS

**PROGRAMMA**

**WORKSHOP 2**



**sabato 24**

11:00	18:00	WorkShop	POWERBOUND	POWERBOUND
-------	-------	----------	------------	------------

**PROGRAMMA**

**WORKSHOP 3**



**sabato 24**

10:00	13:00	WorkShop	STARK BODY FLYING	STARK BODY FLYING
-------	-------	----------	-------------------	-------------------

13:30	17:00	WorkShop	MILITARY GROUP FITNESS	MILITARY GROUP FITNESS
17:00	19:00	WorkShop	ACCADEMIA ITALIANA PERSONAL TRAINER	ACCADEMIA ITALIANA PERSONAL TRAINER

# PROGRAMMA

## WORKSHOP 4



### sabato 24

10:00	13:00	WorkShop	MUAY EXPLOSION	MUAY EXPLOSION
17:30	19:30	WorkShop	FOREVER LIVING	FOREVER LIVING

### domenica 25

10:00	13:00	WorkShop	MUAY EXPLOSION	MUAY EXPLOSION
-------	-------	----------	----------------	----------------