



PILATES BRAND MIOFASCIALE
5-6 SETTEMBRE CESENA



PILATES

CONVENTION

WWW.FASCIALTRAININGSCHOOL.COM



**OGNI
MOVIMENTO
RACCONTA
UNA STORIA.**

PROGRAMMA SABATO 5 SETTEMBRE 2026

10.30-11.20 PILATES FREE FUSION - ESTER & FASCIAL TEAM

11.40-12.30 PILATES DINAMICHE DEL RESPIRO - LAURA & NORA

11.40-12.30 HAMAZON FUNCTIONAL LADIES - ESTER & ILARIA

12.50-13.40 PILATES MYOFASCIAL MATWORK - NORA

12.50-13.40 REFORMER IN GRAVIDANZA - LAURA

14.00-14.50 NEUROFASCIA PERFORMANCE - ESTER & ILARIA

14.00-14.50 REFORMER E PAVIMENTO PELVICO - NORA

15.10-16.00 FREE GROUNDED FLOW - LAURA & ILARIA

15.10-16.00 REFORMER FREE CONNECTION - ESTER

16.20-17.10 HAMAZON EVOLUTION KETTLEBELL AL FEMMINILE - ESTER & ILARIA

16.20-17.10 INTEGRAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO - NORA & LAURA

17.30-18.20 CIRCUITO PILATES - NORA

RICEVERAI ACCESSO ALLE LEZIONI, INGRESSO ALLA PISCINA E PRANZO.

📍 CLUB IPPODROMO, VIA G.AMBROSINI, 299, 47522 CESENA FC

✉ INFO@FASCIALTRAININGSCHOOL.COM 📞 340 1269500

🌐 WWW.FASCIALTRAININGSCHOOL.COM SPONSOR

K•WELL®



**IMPARA
VIVI
CONDIVIDI**

PROGRAMMA DOMENICA 6 SETTEMBRE 2026

- 09.30-10.20** HAMAZON INCONTRA IL PILATES ESTER & FASCIAL TEAM
- 09.30-10.20** FONDAMENTI DEL REFORMER - NORA
- 10.40-11.30** HAMAZON STAR CIRCUIT - ESTER & ILARIA
- 10.40-11.30** FREE ALLENAMENTO FASCIALE PER LO SPORT - LAURA
- 11.50-12.40** PILATES NEURO FLOW - NORA
- 13.00-13.50** EQUILIBRIO ORMONALE E MOVIMENTO - LAURA & ILARIA
- 13.00-13.50** REFORMER E PAVIMENTO PELVICO - NORA
- 14.10-15.00** HAMAZON POWER FLOW - ILARIA
- 14.10-15.00** FREE FLOW BALANCE - ESTER
- 14.10-15.00** REFORMER CORE DYNAMICS - LAURA
- 15.20-16.10** REFORMER E LONGEVITÀ ATTIVA - NORA
- 16.20-17.00** NUEROFASCIA EXPERIENCE - ESTER
- 16.20-17.00** FREE STRETCH & RECOVERY - LAURA

2 GIORNI:

€169,00 ENTRO IL 31 LUGLIO

€199,00 ENTRO IL 1 AGOSTO

1 GIORNI:

€100,00 ENTRO IL 31 LUGLIO

€130,00 ENTRO IL 1 AGOSTO

RICEVERAI ACCESSO ALLE LEZIONI, INGRESSO ALLA PISCINA E PRANZO.



**OGNI
MOVIMENTO
RACCONTA
UNA STORIA.**

PROGRAMMA SABATO 5 SETTEMBRE 2026

10.30-11.20 PILATES FREE FUSION - ESTER & FASCIAL TEAM

11.40-12.30 PILATES DINAMICHE DEL RESPIRO - LAURA & NORA

11.40-12.30 HAMAZON FUNCTIONAL LADIES - ESTER & ILARIA

12.50-13.40 PILATES MYOFASCIAL MATWORK - NORA

12.50-13.40 REFORMER IN GRAVIDANZA - LAURA

14.00-14.50 NEUROFASCIA PERFORMANCE - ESTER & ILARIA

14.00-14.50 REFORMER E PAVIMENTO PELVICO - NORA

15.10-16.00 FREE GROUNDED FLOW - LAURA & ILARIA

15.10-16.00 REFORMER FREE CONNECTION - ESTER

16.20-17.10 HAMAZON EVOLUTION KETTLEBELL AL FEMMINILE - ESTER & ILARIA

16.20-17.10 INTEGRAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO - NORA & LAURA

17.30-18.20 CIRCUITO PILATES - NORA

RICEVERAI ACCESSO ALLE LEZIONI, INGRESSO ALLA PISCINA E PRANZO.

📍 CLUB IPPODROMO, VIA G.AMBROSINI, 299, 47522 CESENA FC

✉ INFO@FASCIALTRAININGSCHOOL.COM ☎ 340 1269500

🌐 WWW.FASCIALTRAININGSCHOOL.COM SPONSOR

K•WELL®



**IMPARA
VIVI
CONDIVIDI**

PROGRAMMA DOMENICA 6 SETTEMBRE 2026

- 09.30-10.20** HAMAZON INCONTRA IL PILATES ESTER & FASCIAL TEAM
- 09.30-10.20** FONDAMENTI DEL REFORMER - NORA
- 10.40-11.30** HAMAZON STAR CIRCUIT - ESTER & ILARIA
- 10.40-11.30** FREE ALLENAMENTO FASCIALE PER LO SPORT - LAURA
- 11.50-12.40** PILATES NEURO FLOW - NORA
- 13.00-13.50** EQUILIBRIO ORMONALE E MOVIMENTO - LAURA & ILARIA
- 13.00-13.50** REFORMER E PAVIMENTO PELVICO - NORA
- 14.10-15.00** HAMAZON POWER FLOW - ILARIA
- 14.10-15.00** FREE FLOW BALANCE - ESTER
- 14.10-15.00** REFORMER CORE DYNAMICS - LAURA
- 15.20-16.10** REFORMER E LONGEVITÀ ATTIVA - NORA
- 16.20-17.00** NUEROFASCIA EXPERIENCE - ESTER
- 16.20-17.00** FREE STRETCH & RECOVERY - LAURA

2 GIORNI:

€169,00 ENTRO IL 31 LUGLIO

€199,00 ENTRO IL 1 AGOSTO

1 GIORNI:

€100,00 ENTRO IL 31 LUGLIO

€130,00 ENTRO IL 1 AGOSTO

RICEVERAI ACCESSO ALLE LEZIONI, INGRESSO ALLA PISCINA E PRANZO.