



C.U.S. TRIESTE

Via Alfonso Valerio 8/3 – Tel. 040 5587651



“OPEN WEEK 2025”

**Una settimana di prove GRATUITE
DEI NOSTRI CORSI DI GINNASTICA!**



TOTAL BODY 1, 2, 3, 4 (Lunedì e Mercoledì 18.10 – 20.10)

CARDIO & STRENGTH CIRCUIT 1 e 2 (Lunedì e Mercoledì 20.10 – 21.10)

HIP HOP 1 e 2 (Lunedì e Mercoledì 21.10 – 22.10)

METABOLIC TRAINING 1 e 2 (Martedì 18 – 19, Giovedì 19 - 20)

SUPERGAG (Martedì 19 – 20, Giovedì 18 - 19)

FLUIDITY & STRENGTH 1 e 2 (Martedì e Giovedì 20.00 – 21.00)

CORSO DI BALLO SALSA & BACHATA (Martedì e Giovedì 21.00 – 22.00)

APERTA A TUTTI – ANCHE AI NON TESSERATI
da Mercoledì 1 a Martedì 7 ottobre 2025

Presso la palestra CUS di Via Monte Cengio 2
(ingresso da Via Fabio Severo tra 40 e 42)

COMITATO PER LO SPORT DELL'UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI TRIESTE