

11° EDIZIONE,
TUTTO GRATUITO.



Scegli il corso che ti piace
di più e vai al parco
quando vuoi.
Ti aspettano istruttori
qualificati.

In caso di pioggia le
lezioni sono sospese.

OSIO FITNESS 2026



LUNEDÌ

YOGA

Con Marta Valoti e Moira Zucchetti
Dal 15 giugno fino al 13 luglio 2026
dalle 18.30 alle 19.30
CORTILE DELLA BIBLIOTECA

MERCOLEDÌ

DANZA DEL VENTRE

Con Greta Nadalini
Dal 24 giugno fino al 22 luglio 2026
dalle 20.30 alle 21.30
GREEN PARK

ALLENAMENTO FUNZIONALE

Con Lorena Arnoldi
Dal 17 giugno fino al 15 luglio 2026
dalle 19.00 alle 20.00
PARCO SAN CARLO
(Quartiere Giardino)

VENERDÌ MATTINA

TAICHI CHUAN

Con Gigi Chigioni
Dal 5 giugno fino al 24 luglio 2026
Dal 28 agosto fino al 25 settembre 2026
dalle 10.00 alle 11.30
SANTUARIO SAN DONATO



MARTEDÌ

CONSAPEVOLEZZA POSTURALE

Con Fabio Corna
Dal 16 giugno fino al 14 luglio 2026
dalle 19.00 alle 20.00
GREEN PARK

PILATES

Con Stefania Benedetti
Dal 23 giugno fino al 21 luglio 2026
(NO IL 14 LUGLIO) dalle 20.00 alle 21.00
PARCO SAN CARLO
(Quartiere Giardino)

DOMENICA MATTINA

PADRONEGGIA IL TUO CORPO CON IL CALISTHENICS

Con Lorenzo Pala
Dal 21 giugno fino al 19 luglio 2026
dalle 10.30 alle 11.30
PARCO DEGLI ALPINI

LUNEDÌ MERCOLEDÌ VENERDÌ

GRUPPO DI CAMMINO "I SAI OCC"
Con Giancarlo Gualandris e Laura Colombo
ore 7:30

PARCHEGGIO DELLO STADIO IN VIA DELLE INDUSTRIE