

VareseNews

Performance workout: un corso per spingersi oltre i propri limiti con Varese Corsi

Pubblicato: Giovedì 4 Settembre 2025



A partire da **lunedì 15 settembre** prenderà il via con Varese Corsi il nuovo corso di “**Performance Workout**“, un programma di allenamento innovativo e dinamico che unisce esercizi a corpo libero e circuiti funzionali ad alta intensità.

Con una struttura di **15 lezioni**, in programma **ogni lunedì dalle ore 18.00 alle 18.45** presso la palestra della Scuola Elementare Canetta, il corso è pensato per chi desidera migliorare in modo completo la propria condizione fisica.

Il Performance Workout è progettato per sviluppare **forza, resistenza, agilità e potenza** in maniera sinergica. Ogni sessione si adatta al livello e agli obiettivi dei partecipanti, garantendo una progressione costante e risultati concreti.

Un’opportunità ideale per chi vuole mettersi alla prova, superare i propri limiti e scoprire nuove potenzialità attraverso un’attività che coniuga intensità ed equilibrio.

Per maggiori informazioni e per iscriversi, [cliccare qui](#).

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it

