

10:30

11:20

11:40

12:30

12:50

13:40

14:00

14:50

15:10

16:00

16:20

17:10

17:30

18:20

AREA FUNZIONALE	AREA BALOON	AREA SCIENCE	AREA PALESTRA	AREA PILATES BRAND-MIOFASZIALE	AREA REFORMER
GUIDO Female Training Power e Strong	ELISA HYROX EXPERIENCE La performance in campo	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL	CIRO Kettlebell brand Dalla mobilità alla performance	ESTER & FASCIAL TEAM Pilates FREE Fusion Precisione Fluidità • Libertà NeuroMiofasciale Quando il Pilates incontra il movimento fasciale tridimensionale	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL
ESTER & ILARIA HAMAZON Functional Ladies Forza • Stabilità • Performance Femminile Allenamento neuro-miofasciale pensato per il corpo della donna	PIETRO & GIOVANNI Posturale e funzionale 2 facce della stessa medaglia	ENRICO HYROX la performance in campo	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL	LAURA & NORA Dinamiche del Respiro nel Pilates Respiro • Ritmo • Regolazione Il respiro come strumento di stabilità e integrazione neurofasciale	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL
PIETRO Barbell High Synergy Circuit	GUIDO Rubber Band Dalla postura al Tono muscolare	CIRO Functional Expert Modelli per Allenare le Capacità Bio-motorie	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL	NORA Pilates Myofascial Matwork Controllo Elastico Allineamento Integrazione Movimento fluido e connessioni miofasciali in azione	LAURA Reformer in Gravidanza Movimento Benessere Sicurezza Allenarsi con consapevolezza durante la gravidanza
ENRICO Progetto Gluteo Nuove Strategie	ELISA Mobility Flow Mobility & Balance	GIOVANNI PNF e Posturologia Modella il connettivo	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL	ESTER & ILARIA NeuroFascia Performance Percepire, Adattare, Performare Il linguaggio del corpo intelligente	NORA Reformer e Pavimento Pelvico Sostegno, Respiro, Integrazione Connessioni profonde per una stabilità funzionale
CIRO BE Functional Allenare la Catena Estensoria dell'Anca	LAURA & ILARIA FREE Grounded Flow Radicamento, Regolazione, Fluidità Muoversi con stabilità e libertà	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL	GUIDO Neural Training Come aprire i cancelli della forza	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL	ESTER Reformer FREE Connection Adattamento, Fluidità, Integrazione Strategie neuro-miofasciali tra Matwork e Reformer
ESTER & ILARIA Hamazon Evolution Kettlebell, Controllo, Potenza Femminile Forza funzionale e integrazione neuro-miofasciale	PIETRO Rubber Band E male di schiena	ANGELO "Problemi di cuore ? RCP nella pratica!!!	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL	NORA & LAURA Integrazione del Pavimento Core, Sostegno, Funzionalità Pelvico Respiro, stabilità e movimento intelligente	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL
GUIDO ATT: le basi per allenare dopo i 40 anni	ENRICO Allenare la potenza con la policoncorrenza	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL	GIOVANNI La tripletta Posturale Release Miofasciale	NORA Circuito Pilates NeuroMiofasciale Integrazione, Coordinazione, Consapevolezza Il corpo come sistema intelligente e connesso	 FUNCTIONAL TRAINING SCHOOL

NEW WORLD CONVENTION

OUR PROGRAM / SUNDAY 06

2026

09:30

10:40

11:50

13:00

14:10

15:20

16:20

10:20

11:30

12:40

13:50

15:00

16:10

17:00

AREA FUNZIONALE	AREA BALOON	AREA SCIENCE	AREA PALESTRA	AREA PILATES BRAND-MIOFASCIALE	AREA REFORMER
CIRO F.T.C. Focus training circuit	ENRICO Pliometria Un Must Per la Preparazione Atletica	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL	ESTER & FASCIAL TEAM Hamazon incontra il Pilates Forza, Elasticità, Movimento Intelligente Due mondi che si incontrano per creare un nuovo modo di allenarsi	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL	NORA Fondamenti del Reformer: Footwork Allineamento, Consapevolezza, Controllo Le basi per costruire un movimento efficace
ESTER & ILARIA Hamazon Star Circuit Energia, Potenza, Integrazione Circuito neuro-miofasciale dinamico e coinvolgente	PIETRO & GIOVANNI Ipercifosi e mobilità Sterno - toracica	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL	GUIDO The Secret Ground Forces Exercises	LAURA FREE per lo Sport Elasticità, Resistenza, Performance Strategie neuro-miofasciali per sportivi e triatleti	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL
ELISA DOUBLES Due atleti Una sola strategia.	ENRICO Preparazione Atletica del Calciatore in fase di Transizione (off season)	ANGELO BSL BLS-D "Come usare il defibrillatore"	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL	NORA Pilates NeuroFlow Coordinazione, Fluidità, Integrazione Muoversi come un sistema unico e armonioso	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL
PIETRO CFF Circuito Hatfield Ipertrofia funzionale e recupero attivo	LAURA & ILARIA Equilibrio Ormonale e Movimento Movimento, Benessere, Regolazione Il ruolo dell'attività fisica nella salute femminile	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL	GUIDO Neural Training come aumentare la resistenza fisica	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL	NORA Reformer e Pavimento Pelvico Stabilità, Respiro, Consapevolezza Un approccio integrato al movimento
ILARIA Hamazon Power Flow Forza, Libertà, Energia Allenamento neuro-miofasciale senza limiti	ELISA HUMAN CHALLENGE sinergia genera performance	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL	GIOVANNI Lingua e Postura	ESTER FREE Flow Balance Equilibrio, Coordinazione, Adattamento La fluidità come espressione dell'intelligenza corporea	LAURA Reformer Core Dynamics Core, Elasticità, Controllo Un centro forte per un movimento efficiente
GUIDO HI-LOW Longevity Circuit	ENRICO Il Doppio Progressivo Il miglior Circuito per allenare l'Hyrox	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL	CIRO KB BRAND gli Overhead: Le 3 S... Sconosciuti, Sottovalutati, Straordinari	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL	NORA Reformer e Longevità Attiva Resilienza, Vitalità, Movimento Allenarsi oggi per muoversi meglio domani
ESTER NeuroFascia Experience Percepire, Connettere, Evolvere Un viaggio attraverso il movimento neuro-miofasciale del futuro	GUIDO BREATH HEALTH Training il circuito per la salute	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL	PIETRO CFF Allenamento Total Body	LAURA FREE Stretch & Recovery Recupero, Rilascio, Rigenerazione Stretching neuro-miofasciale e benessere profondo	FU/ACTIO/ALTRAI/MI/NGSCHOOL