

CORSI DI FITNESS

CORSI DAL 9/09/2024 AL 20/06/2025

CORSO da 1 ora

ORARIO

ATTIVITA' MOTORIA DOLCE con *Giulia e Martina*

LUNEDI e MERCOLEDI 08:00

LUNEDI e MERCOLEDI 09:00

PILATES con *Sara*

MARTEDI 18:00 e VENERDI 17:00

STRONG ABILITY con *Sara*

MARTEDI 19:00 e VENERDI 18:00

CIRCUITO FUNZIONALE con *Simone*

LUNEDI e GIOVEDI 19:00

CALISTHENICS con *Simone*

LUNEDI e GIOVEDI 20:00

FITDANCE con *Sabrina*

LUNEDI 18:00

GINNASTICA POSTURALE

PROSSIMAMENTE