

PLANNING CORSI FITNESS



dal 9 Settembre 2024 al 30 Giugno 2025

Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì	
10:30 (45')	STRETCH &TONE					10:30 (45')	MAT PILATES		
19:00 (45')	CIRCUIT WORKOUT	19:00 (45')	STEP&TONE	19:15 (45')	MAT PILATES	19:00 (45')	3X15 TOTAL BODY	18:45 (45')	POSTURAL TRAINING

La Direzione del Centro, per esigenze organizzative, si riserva il diritto di modificare la programmazione dei corsi e degli istruttori.

I CORSI FITNESS SARANNO SVOLTI CON UN NUMERO MINIMO DI 4 PARTECIPANTI.