

OPEN DAY

PLANNING CORSO

GIORNATE OPEN SABATO 15 E 22 GENNAIO 2022

SABATO 15

9,30 | 10,15
YOGALATES
con Alissa

10,15 | 11,00
TABATA
con Monica

11,00 | 11,45
CIRCUIT TRAINING
Con Jessica

11,45 | 12,30
INSANITY
con Monica

SABATO 22

9,30 | 10,15
PILATES
con Alissa

10,15 | 11,00
PUMP GAG
con Monica

11,00 | 11,45
INSANITY
con Monica

11,45 | 12,30
POWER YOGA
con Silvia

LEGENDA

 Tonificazione/Funzionale

 Body&Mind

 Intensity