

Vieni in **MyClub** e brucia le tue calorie!!

Pronti per l'estate?

IL FITNESS E' ADESSO!

PROGRAMMA BODY EVENT

LUNEDÌ 22 MAGGIO 2017

ORA	CORSO	DURATA	SALA
08.45 09.00	RISVEGLIO MUSCOLARE (Attività all'aria aperta)	15'	// //
09.30 10.15	PILATES MAT WORK (Claudia)	45'	FITNESS ROOM
10.20 11.05	PUMP	45'	FITNESS ROOM
10.30 11.00	ENDURANCE (Attività all'aria aperta)	30'	// //
11.15 11.30	BALANCE	15'	// //
12.45 12.30	X-FIT	45'	QUEENAX
15.30 15.45	BALANCE (Attività all'aria aperta)	15'	// //
17.30 18.15	STRIKING	45'	MIND ROOM
18.20 19.05	FITBOXE	45'	MIND ROOM
18.30 19.15	FUNCTIONAL	45'	QUEENAX
17.30 19.00	TONIFICAZIONE (Attività all'aria aperta)	30'	// //
18.50 19.35	WALKING	45'	FITNESS ROOM
19.00 19.30	TONIFICAZIONE (Attività all'aria aperta)	30'	// //
19.10 19.55	TOTAL BODY	45'	MIND ROOM
19.20 20.20	X-FIT	60'	QUEENAX
19.10 19.55	WALK-UP	45'	FITNESS ROOM
19.55 20.40	ZUMBA	45'	MIND ROOM
20.30 21.30	YOGA	60'	FITNESS ROOM

SEGUICI SU:



www.my-club.it 049 8741448

NEW MY CLUB SSD A RL - Via Dell'Artigianato 34 35020 CASALSERUGO (PD)

P.Iva 05034920289

