



SAMM

FITNESS

PROGRAMMA 24-25



OVER 65



GINNASTICA DOLCE



TONIFICAZIONE E CARDIO

• MERCOLEDÌ 17.30 GINNASTICA ANZIANI

• MARTEDÌ 09.30 PILATES

• LUNEDÌ 19.00 G.A.G

• MARTEDÌ 19.30 PILATES

• MARTEDÌ 18.45 ZUMBA

• MERCOLEDÌ 09.30 YOGA PER LA SCHIENA

• MERCOLEDÌ 18.30 ZUMBA

• MERCOLEDÌ 10.20 YOGA ANUSARA

• MERCOLEDÌ 19.00 HIIT AND TONE

• GIOVEDÌ 18.15 PILATES

• SABATO 09.30 TOTAL BODY

TIME FOR FITNESS

**dal 16
settembre**

Massagno, Besso e Savosa

INFO E ISCRIZIONI

CLICCA
QUI



Prezzi superconvenienti
Sconti per i residenti a Massagno
Riduzioni per iscrizioni a più corsi

