

CORSI 23 DIC. - 4 GEN.

Sala ACTION - Milano

LUNEDÌ

23 DICEMBRE

10:00-11:00

10:00

PILATES

Sara

12:45-13:45

12:45

FIT BOXE

Riccardo

18:00-19:00

18:00

FUNC. TRAINING

Riccardo

19:00-20:00

19:00

TABATA

Riccardo

MARTEDÌ

24 DICEMBRE

10:00-11:00

10:00

TOTAL TONE

Cristina

10:00-11:00

10:00

PILATES

Cristina

10:00-11:00

10:00

PILATES

Sara

10:00-11:00

10:00

TOTAL TONE

Cristina

10:00-11:00

10:00

PILATES

Cristina

10:00-11:00

10:00

TOTAL TONE

Cristina

VENERDÌ

27 DICEMBRE

LUNEDÌ

30 DICEMBRE

MARTEDÌ

31 DICEMBRE

GIOVEDÌ

2 GENNAIO

VENERDÌ

3 GENNAIO

13:00-14:00

13:00

TRIFORM

Riccardo

12:45-13:45

12:45

FIT BOXE

Riccardo

18:00-19:00

18:00

TOTAL TONE

Cristiano

18:00-19:00

18:00

FUNC. TRAINING

Riccardo

19:00-20:00

19:00

PILATES

Cristiano

19:00-20:00

19:00

TABATA

Riccardo

13:00-14:00

13:00

CIRCUIT TRAINING

Riccardo

18:00-19:00

18:00

TOTAL BODY

Cristiano

18:30-19:30

18:30

TRIFORM

Cristina

19:00-20:00

19:00

PILATES

Cristiano

13:00-14:00

13:00

PILATES DINAMICO

Sara

13:00-14:00

13:00

TRIFORM

Riccardo

18:00-19:00

18:00

PILATES

Simona

19:00-20:00

19:00

STEP TONE

Simona

SABATO

4 GENNAIO

10:30-12:00

10:30

CORSO ACTION A SORPRESA

Jairol

*Merry Christmas
and happy new year*

La direzione di Action Fit si riserva la facoltà di modificare gli orari di apertura e chiusura del Centro, la programmazione dei Corsi e quella degli istruttori per esigenze organizzative