

Cerro Maggiore

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

CORSI CON ISTRUTTORE



LUNEDÌ

09:30-10:15

9:30

BODY TONE

10:15-11:00

Roberto

10:15

PILATES

Roberto

18:00-18:45

18:00

GAG

18:45-19:30

Roberto

18:45

STEP MOVE

19:00-20:00

Roberto

19:00

SPINNING

19:30-20:15

Raffaella

19:30

POSTURAL

Alessandro

19:30-20:30

19:30

Extra abbonamento THE CAGE

Luca e Otto

MARTEDÌ

18:00-19:00

18:00

Extra abbonamento THE CAGE

Luca e Otto

18:30-19:15

18:30

BODY STRONG

David

19:15-20:00

19:15

DANCE POWER

David

MERCOLEDÌ

09:30-10:15

9:30

BODY FLEX

10:15-11:00

Roberto

10:15

TONE UP

Roberto

18:30-19:15

18:30

POSTURAL

Irene

19:00-20:00

19:00

SPINNING

Raffaella

19:15-20:00

19:15

FUNCTIONAL BOXE

Irene

GIOVEDÌ

18:30-19:15

18:30

DANCE POWER

David

19:30-20:30

19:30

Extra abbonamento THE CAGE

Luca e Otto

VENERDÌ

09:30-10:15

9:30

TOTAL TONE

10:15-11:00

Alessandro

10:15

POSTURAL

Alessandro

18:00-19:00

18:00

Extra abbonamento THE CAGE

Luca e Otto

18:30-19:30

18:30

GAG

Patty

19:30-20:00

19:30

UPPER BODY

Patty