



ACQUA FITNESS e BENESSERE

Stagione 2019 / 2020

dall' 11/11/2019 con le nuove pedane mobili
Centro Polisportivo "Piscina Comunale di Sori"
#energia #divertimento #tonificazione #risultati



LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA
ACQUA BENESSERE 9:30 ACQUA TONO 13:15 BIKE & GYM 18:30	ACQUA FIT 18:30	ACQUA BENESSERE 9:30 CARDIO CIRCUITO 18:30 TOTAL BODY Fit Paddling 19:30	ACQUA RUN 13:15 BIKE 18,30 COMBAT 19:15	ACQUA BENESSERE 9:30 ACQUA GAG 13:15 RUN & GYM 18,30	PILATES Fit Paddling 09:00 COMBAT 09:45 JOLLY 11:15	SUPER JOLLY 1 volta al mese lezione a tema sorprendente !!!! 10:30

Piazza G.Ghio 1 - Sori (GE)

Lezioni da 45 minuti

Prenotazione obbligatoria (escluso Acqua Benessere) in segreteria, t.0185 700112, whatsapp 370 1501982

Possibilità di abbonarsi a tutte le attività "Acqua Fitness e Benessere" o solo all'acqua Benessere.

E' possibile combinare qualsiasi attività praticata nel nostro centro (anche acqua+terra) per un super risparmio: richiedere preventivo in segreteria

Domeniche si "Super Jolly" da non perdere: 24/11, 15/12, 12/01, 09/02, 08/03, 19/04, 17/05