

Associazione Sportiva Dilettantistica
"Fitness Up"
c/o Palestra Living sport & fitness
Via Papa Giovanni XXIII, 2
SERRAVALLE A PO (MN)

Info e prenotazioni:
tel. 0386 840102
info@palestraliving.com



Corsi Invernali



Palestra LIVING
sport & fitness

Serravalle a Po
0386 840102

Attività

Corsi invernali



Pronto per essere arruolato???
Iscriviti al
BOOT CAMP!!

Attività in circuit-training in "stile militare". Il gruppo dei partecipanti che si allenano insieme, sia con esercizi singoli che in batteria o a coppie, costituirà quello spirito cameratesco-goliardico necessario a superare le difficoltà divertendosi. "You can do it (Lo puoi fare!)"



Centro ufficiale



Pilates

Matwork

Yoga
Dinamico



c/o Palestra Living sport & fitness
Via Papa Giovanni XXIII, 2
SERRAVALLE A PO (MN)

Info e prenotazioni:
Ph. 0386 840102 / 347 9456008
info@palestraliving.com

Associazione Sportiva Dilettantistica
"Fitness Up"

Orario	Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì	Sabato
	Sala A	Sala B	Sala A	Sala B	Sala A	Sala B	Sala A	Sala B		
13.15	Pilates				Yoga Dinamico				Pilates	Yoga Dinamico ore 11,15
16.15			GINN. DOLCE				GINN. DOLCE			
19.15	Zumba	Spin	Piloxing		Zumba	Spin	Piloxing			
20.15	Zumba	Spin	Boot camp		Zumba	Spin	Boot camp			