

MATCH BALL FIRENZE COUNTRY CLUB - AREA PALESTRA - SETTEMBRE 2017

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
I CORSI RIPRENDERANNO LUNEDI 18 SETTEMBRE					
12:30-13:30 Core Stability con Niccolò	11:10-12:10 Pilates con Domitilla		11:10-12:10 Corpo Libero con Domitilla		
	12:10-13:10 Corpo Libero con Domitilla		12:10-13:10 Pilates con Domitilla	12:10-13:10 Pilates con Domitilla	
	13:30-14:30 Allen. Funzionale con Alessio			13:30-14:30 Allen. Funzionale con Alessio	
			19:30-20:30 Prevenzione e postura con Lorenzo	17:00-18:00 Corpo Libero con Domitilla	

TUTTI I CORSI SONO RISERVATI AI SOCI E GRATUITI

POSSIBILITA' DI PERSONAL TRAINER SU APPUNTAMENTO CON GLI ISTRUTTORI