

PALINSESTO FITNESS **FOLIGNO**

in vigore dal 16/09/24

LUNEDÌ

AREA 1

GET RIPPED
10:30

TOTAL TONE
13:45

PILATES
18:30

FUNCTIONAL
19:30

AREA 2

SPINNING*
19:00

MARTEDÌ

AREA 1

PILATES
10:30

TOTAL TONE
19:30

AREA 2

SPINNING*
13:30

WALKING
18:30

SPINNING*
19:30

MERCOLEDÌ

AREA 1

TOTAL SHAPE
10:30

FUNCTIONAL
13:45

CORE STRENGTH
18:15⁽⁴⁵⁾

PUMP
19:30

AREA 2

WALKING TONE
18:30

GIOVEDÌ

AREA 1

PILATES
10:30

PILATES
18:30

TABATA
19:30

AREA 2

SPINNING*
13:30

SPINNING*
19:00

VENERDÌ

AREA 1

CORE STRENGTH
10:30

PUMP
13:45

CIRCUIT FIT UP
19:30

AREA 2

WALKING
18:30

SPINNING*
19:30

SABATO

AREA 1

SPINNING*
13:30

AREA 2

RELOAD CROSS TRAINING**

COMING SOON



TONIFICAZIONE



CARDIO



FUNZIONALE



OLISTICO

**FOLIGNO (PG)
VIALE FIRENZE 107
0756973743**

*SOLO SU ABBONAMENTO PREMIUM

**ABBONAMENTO SPECIFICO