



## ALLENAMENTO FUNZIONALE / Palestra WELLNESS EVOLUTION a Imperia

€€

### Mappa

 ATTIVITA' FITNESS & WELLNESS SALA ATTREZZI & SALA CARDIO: -BODY BUILDING; -ALLENAMENTO AL FEMMINILE; -RIEDUCAZIONE FUNZIONALE; -PERSONAL TRAINER. CORSI SALA FITNESS: -PUMP; -CIRCUITO; -CORE; -G.A.G. CIRCUITO; -SUPER JUMP; -ZUMBA; -STEP INTENSITY; -FIT BOXE. ATTIVITA' OLISTICHE: -PILATES; -GINNASTICA POSTURALE. SPINNING o INDOOR CYCLING ALLENAMENTI ALTA INTENSITA': -ALLENAMENTO FUNZIONALE; -TABATA WORKOUT. SCUOLA DI DANZA: -DANZA CLASSICA -DANZA MODERNA -HIP HOP -GIOCO DANZA ARTI MARZIALI: -MUAY THAI

### Descrizione

TI ASPETTIAMO PER LA SETTIMANA DI PROVA GRATUITA!!! ALLENAMENTI ALTA INTENSITA' ALLENAMENTO FUNZIONALE Lunedì ore 20.10 Mercoledì ore 19.30 Venerdì ore 19.30 Si svolgono esercizi a corpo libero (CALISTENICO) o con piccoli attrezzi (CON SOVRACCARICHI) quali pesi, bilancieri, kettlebell, palle medicine, box, ecc? Vi aiuterà ad avere un corpo bello, in forma e tonico, senza andare ad appesantire la figura, ma solo definendola dal punto di vista muscolare. Sviluppa le capacità funzionali portandoti a livelli che mai avresti immaginato. Presso PALESTRA WELLNESS EVOLUTION a Imperia in via Sant'Agata 1.

### Contatti

**PALESTRA WELLNESS EVOLUTION  
SSDRL**

Tel. 3334096053

<http://www.wellnessevolution.it>

V. S.Agata 1, Imperia, 18100  
APERTURA: DAL LUNEDI' AL VENERDI' DALLE 9.30 ALLE 21.30 SABATO E DOMENICA DALLE 10 ALLE 13