



## CORE / 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!!! ATTIVITA' DI TONIFICAZIONE MUSCOLARE. CORE Lunedì ore 18.20 Martedì ore 13.10 & ore 19.10 Giovedì ore 16.10 Il CORE ha come obiettivo il tronco e le catene muscolari che connettono la parte inferiore e superiore del corpo; è un programma ideale per ridurre addome e glutei sviluppando forza funzionale. Presso PALESTRA WELLNESS EVOLUTION SSDRL a Imperia in via V. S. Agata 1.

### Contatti

**PALESTRA WELLNESS EVOLUTION  
SSDRL**

Tel. 3334096053

<http://www.wellnessevolution.it>

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