



## BODY BUILDING / 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!!! SALA PESI & SALA CARDIO Dal LUNEDI' al GIOVEDI' dalle 9:30 alle 21:30; VENERDI' dalle 9:30 alle 21; SABATO dalle 10 alle 13; DOMENICA dalle 10 alle 13. BODY BUILDING Bodybuilding, "costruzione del corpo", è una disciplina che con un programma di allenamento guidato dall'istruttore o dal personal trainer, con l'uso di pesi e un'alimentazione corretta si pone come fine l'aumento della massa muscolare e la riduzione del grasso corporeo. Da non confondere col "bodybuilding agonistico" che propone misure esagerate, e che ormai come tutti gli sport a livello agonistico (esasperato) non sono salutari. Presso PALESTRA WELLNESS EVOLUTION SSDR L a Imperia in via V. S.Agata 1.

### Contatti

**PALESTRA WELLNESS EVOLUTION  
SSDR L**

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