

# STEP INTENSITY / 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' CARDIOVASCOLARI. STEP INTENSITY!!! Lunedì ore 19.10 Mercoledì ore 13 Giovedì ore 17.10 E' un allenamento energetico svolto su step, si svolgono blocchi di lavoro cardio che innalzano il sistema brucia grassi alternati a blocchi di condizionamento muscolare che scolpiscono e tonificano il corpo. 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 LUNEDI' AL VENERDI' DALLE 9.30 ALLE 21.30 SABATO E DOMENICA DALLE 10 ALLE 13

Powered by **SiHappy.it** © 2024