

MEETFIT TREZZANO LIVE e VIRTUAL PLANNING

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
ORE 9,15	ORE 9,15	ORE 9,15	ORE 9,15	ORE 9,15
PANCAFIT	POSTURALE	POSTURALE	POSTURAL PILATES	POSTURALE
60' ANDREA	60' IRENE	60' ELISA	60' MONICA	60' ELISA
	ORE 10,15	ORE 10,15	ORE 10,15	ORE 10,15
	TOTAL TONE	STEP TONE	TOTAL TONE	INTERVAL TRAINING
	60' IRENE	45' ELISA	60' MONICA	60' ELISA
	ORE 12,45	ORE 12,45		
	CARDIO PUMP	INTERVAL TRAINING		
	60' IRENE	60' ELISA		
ORE 18,30	ORE 18,30	ORE 18,30	ORE 18,30	ORE 19,00
TOTAL BODY	STEP COREO	FITBOXE	PUMP	STEP TONE
45' FABIANA	45' PAOLO	45' ROSSELLA	45' FAUSTO	45' ELIO
ORE 19,15	ORE 19,15		ORE 19,15	ORE 19,45
TABATA	FULL BODY		CORE TRAINING	FITBOXE
45' FABIANA	45' PAOLO		45' FAUSTO	45' ELIO
ORE 20,15			ORE 20,15	
DIFESA PERSONALE			DIFESA PERSONALE	
60' ANTONIO			60' ANTONIO	

- La prenotazione non è necessaria
- TUTTI I CORSI SONO INCLUSI NELL'ABBONAMENTO