

La direzione di **Action Fit** si riserva la facoltà di modificare gli orari di apertura e chiusura del Centro, la programmazione dei Corsi e quella degli istruttori per esigenze organizzative

# CORSI CON ISTRUTTORE



Sala ACTION - Cinisello Bizet

**LUNEDI'**

**MARTEDI'**

**MERCOLEDI'**

**GIOVEDI'**

**VENERDI'**

12:45-13:45

12:45

**BOXE**

Diop

12:45-13:35

12:45

**PILATES**

Monica

18:30-19:00

18:30

**STRONG ABDOM**

Diop

18:15-19:00

18:15

**CIRCUIT**

Ariel

18:30-19:15

18:30

**PILATES**

Francesca

18:00-19:00

18:00

**TOTAL STRONG**

Emanuela

18:30-19:00

18:30

**STRONG ABDOM**

Diop

19:00-20:00

19:00

**FUNCTIONAL**

Diop

19:00-19:30

19:00

**GAMBE & ADD**

Ariel

19:15-20:00

19:15

**FIT BOXE**

Francesca

19:00-19:45

19:00

**FIT BOXE**

Emanuela

19:00-20:00

19:00

**FUNCTIONAL**

Diop

19:30-20:15

19:30

**ZUMBA**

Ariel

20:00-20:30

20:00

**CROSS ABS**

Francesca

20:30-22:00

20:30

**BOXE**

Diop

20:30-22:00

20:30

**MMA**

Diop

20:30-22:00

20:30

**BOXE**

Diop

20:30-22:00

20:30

**MMA**

Diop