

CORSI FUNCTIONAL TRAINING

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA
CARDIO	ENERGY	ENERGY	CARDIO	CARDIO	ENERGY	CARDIO
	07:15 Stefano FT			07:15 Stefano FT		
					11:00 Renato FT	10:30 A Rotazione FT
13:00 Riccardo FT	13:00 Renato FT		13:00 Simone FT	13:00 Stefano FT	12:00 Renato FT	
	17:30 Maurizio FT					
18:00 Renato FT	18:30 Maurizio FT	18:00 Renato FT	18:00 Maurizio FT	18:30 Renato FT		
19:00 Renato FT	19:30 Simone FT	19:00 Renato FT	19:00 Maurizio FT	19:30 Renato FT		
20:00 Renato FT		20:00 Renato FT	20:00 Renato FT			

Milano Gargano

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

TUTTI I CORSI HANNO UNA DURATA DI 60 min.