



&  **ORGANIZZANO:**

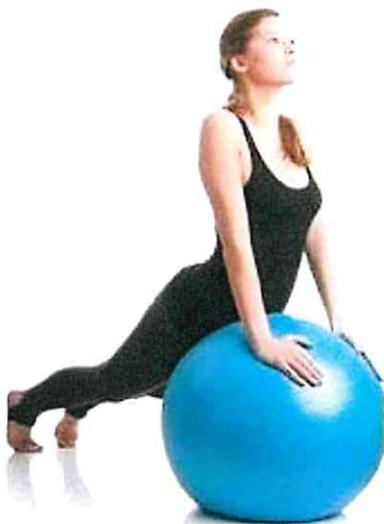
CORSO DI FITNESS

OBIETTIVI:

miglioramento del
tono muscolare
aumento del
metabolismo e dimagrimento



Utilizzo di strumenti quali piccoli pesi, cavigliere, fit ball e tappeti elastici, messi a disposizione per ogni utente



**LEZIONE
DI PROVA
GRATUITA**

Parte della lezione potrà essere personalizzata in relazione a specifiche esigenze.

**DALLE 19.00
ALLE 20.00**

Durata del corso: **3 mesi** circa
(con possibilità di rinnovo fino a Luglio)

**SALONE POLIVALENTE
DI SPARONE**

Costo: *1 volta a settimana € 50
*2 volte a settimana € 90

Info: Massimo 3490855898



**AL MOMENTO DELL'ISCRIZIONE AL CORSO DOVRA' ESSERE CONSEGNATO
IL "CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO NON AGONISTICO"**