

CONVENZIONE CRER CORSI DI INSANITY E FITNESS PALESTRA DINAMIX GYM

COSTO SOCI CRER MENSILE € 30,00

Istruttrice CELL. 348 6727798 Vilma Maccari



INSANITY

Palestra DINAMIX GYM

Corso Battaglione 13/A, 11100 Aosta AO
orari in vigore dal 4 Ottobre 2021

LUNEDÌ - 19.00/20.00 - 20.00/21.00 (Corpo Libero)

MARTEDÌ - 10.00/11.00 (Misto)

MERCOLEDÌ - 18.00/19.00 - 19.00/20.00 (Peso Veloce)

GIOVEDÌ - 19.00/20.00 - 20.00/21.00 (Peso)

VENERDÌ - 12.45/13.45 (Misto)

SABATO - 10.00/11.00 (Addome, glutei, allungo)

Posti disponibili: 15 per ogni turno

Prenotazioni sul gruppo whatsapp dedicato

Materiale necessario: Mascherina, Asciugamano, Acqua



ORARI - Fitness

Palestra DINAMIX GYM

Corso Battaglione 13/A, 11100 Aosta AO
orari in vigore dal 4 Ottobre 2021

LUNEDÌ - 10.00/11.00 (Tonificazione)

LUNEDÌ - 14.45/15.45 (Tonificazione+Ginnastica Dolce)

LUNEDÌ - 17.30/18.30 (Step/Tonificazione)

MARTEDÌ - 12.45/13.45 (Tonificazione+Ginnastica Dolce)

MARTEDÌ - 17.30/18.30 (Step)

MERCOLEDÌ - 10.00/11.00 (Ginnastica Dolce)

MERCOLEDÌ - 15.45/16.45 (Tonificazione)

GIOVEDÌ - 10.00/11.00 (Step+Tonificazione)

GIOVEDÌ - 12.45/13.45 (Step+Ginnastica Dolce)

GIOVEDÌ - 17.30/18.30 (Tonificazione)

VENERDÌ - 10.00/11.00 (Ginnastica Dolce)

VENERDÌ - 14.45/15.45 (Step/Tonificazione)

Posti disponibili: 15 per ogni turno

Prenotazioni sul gruppo whatsapp dedicato

Materiale necessario: Mascherina, Asciugamano, Acqua