

PALEXTRA

PLANNING
CORSI 2022/2023

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
H. 09,00	PILATES		PILATES			
H. 10,00	TOTAL BODY		TOTAL BODY			PROSSIMAMENTE COMING SOON
H. 18,00	KICK BOXING K-1 BIMBI			KICK BOXING K-1 BIMBI		
H. 18,30						
H. 18,40	GAG			GAG		
H. 19,00	KICK BOXING K-1	PILATES HIIT	BOOTY PUMP KICK BOXING K-1	HIIT	PILATES	
H. 19,15	TOTAL BODY			TOTAL BODY		
H. 19,45			GINNASTICA POSTURALE			
H. 20,00	BOXE	GINNASTICA FUNZIONALE ZUMBA		GINNASTICA FUNZIONALE BOXE	PROSSIMAMENTE COMING SOON	



RICORDA
DI PORTARE
LE TUE SCARPE
DA GINNASTICA



RICORDA
DI PORTARE
IL TUO
ASCIUGAMANO



RICORDA
DI PORTARE
ACQUA
ED INTEGRATORI



DIMENTICA
IL TELEFONINO

IN NERO I CORSI -BURN- INCLUSI NELL'ABBONAMENTO
IN BIANCO I CORSI -TONE E CONDITIONING- INCLUSI NELL'ABBONAMENTO
IN VERDE CORSI -COMBAT- NON INCLUSI NELL'ABBONAMENTO

039.8963394 - VIA SOLONE 20 MONZA
WWW.PALEXTRAMONZA.IT - PALEXTRA2009@LIVE.IT
SEGUICI SU:  