

Stretch & Mobility

Corso fitness

TIPO DI ATTIVITÀ
Corso fitness

DURATA
55 min

A CHI SI RIVOLGE
Tutti i livelli, anche chi è poco allenato o molto rigido

GIORNO	ORARIO	LEZIONE	FREQUENZA
Sabato	10:30–11:30	Stretch & Mobility	<i>ogni settimana</i>