

PISCINA FABRIANO da Dicembre...

aqua



ZUMBA®

Il programma Zumba è un programma di fitness e danza brucia-calorie, efficace, divertentissimo, facile da seguire, ispirato ai ritmi latino americani, che ha avuto un successo travolgente nell'industria del fitness. Raggiunge l'equilibrio ideale tra un allenamento fisico progressivo, salutare per il cuore, i muscoli e tutto il corpo, e un'esperienza di fitness energizzante e anti-stress. Le lezioni verranno svolte in vasca gym (h.1,25m).

Giorni ed orari:

Lunedì 14.00 - Mercoledì 19.30 - Sabato 14.00

SABATO 03 DICEMBRE LEZIONE DI PROVA GRATUITA!!!