



CENTRO FITNESS
Movimento

via P. Dino Beretta, 1
20852 Villasanta (MB)
www.movimente.eu

10° ANNIVERSARIO

MATTINO ACTIVITY

9:30 - 18:30 sala attrezzi
10:30 Cardio Kombat
11:15 Pilates
12:00 Feldenkrais

SPAZIO SALUTE E BENESSERE

Massaggio cervicale
Area Benessere
Centrifugati
10:00 - 12:00 Consulenza osteopatica (con esame posturale)
12:30 - 13:30 Consulenza fisioterapica

**OPEN
DAY**
sabato
16 APRILE
2018

POMERIGGIO ACTIVITY

14:00 QI GONG
15:00 Danza ragazze da 8 a 13 anni
15:30 Balli latino americani
16:30 Chiacchierata con l'esperto: "LA DIETA GIFT"
17:00 Chiacchierata con l'esperto "LA CORSA NATURALE"
17:30 Zumba
18:00 Cardio Kombat
18:30 Circuit Training

SPAZIO SALUTE E BENESSERE

Trattamento Shiatsu
Area Benessere
17:00 Merenda GIFT e pesata per valutazione corporea
15:30 - 18:00 Consulenza Personal Trainer

Dalle 19:00 FESTEGGIA CON NOI
presso MIRASOL Brindisi ANNIVERSARIO
aperitivo € 5,00

Esibizione Tribal fusion — Esibizione Kung Fu
Balli latino americano