



www.bmsaronno.com

ACROBATICA AEREA:

POLE DANCE BASE	MARTEDI Jesus	19.30 - 20.30
	MERCOLEDI Simona	20.00 - 21.00
	VENERDI Simona	19.00 - 20.00
POLE DANCE INTERMEDIO	MARTEDI Jesus	20.40 - 21.40
	VENERDI Simona	20.10 - 21.10
FLESSIBILITA'	MERCOLEDI Simona	21.10 - 22.10
CERCHIO AEREO	GIOVEDI	19.15 - 20.15
TESSUTI AEREI	LUNEDI	19.15 - 20.15
AERIAL MIX	LUNEDI - GIOVEDI	20.30 - 21.30
AERIAL MIX UNDER 14	LUNEDI - GIOVEDI	18.00 - 19.00

FITNESS:

BODY SCULPT	MARTEDI E VENERDI	18.00 - 19.00
	TUTTI I GIORNI	19.00 - 20.00
	TUTTI I GIORNI	20.20 - 21.20
INTERVAL TRAINING	VENERDI	19.00 - 20.00
PILATES	MERCOLEDI	19.00 - 20.00
PERSONAL TRAINING	(SU APPUNTAMENTO)	

FITNESS MUSICALE:

JUMPING	LUNEDI	20.30 - 21.25
BODY PUMP	LUNEDI	19.30 - 20.25
	VENERDI	20.10 - 21.05
FITBOXE	GIOVEDI	19.30 - 20.25
ZUMBA	MARTEDI	19.30 - 20.25
STEP	MERCOLEDI	20.00 - 20.55

BALLI CARAIBICI:

CORSO BASE	MARTEDI - GIOVEDI	20.30 - 21.30
CORSO INTERMEDIO	MARTEDI - GIOVEDI	21.30 - 22.30
CORSO INTERMEDIO 2	MERCOLEDI	21.00 - 22.00
CORSO COREOGRAFICO	MERCOLEDI	22.00 - 23.00



PER QUALSIASI INFORMAZIONE O PRENOTAZIONI PROVE GRATUITE

CONTATTARE LA SEGRETERIA AL 3420742830

ASD BENESSERE IN MOVIMENTO, SARONNO VIA RAMAZZOTTI 33