

GIMI

— SPORT CLUB —

INIZIATIVA RIVOLTA
AI SOCI



GIMI SPORT CLUB

FUNCTIONAL RUN



TRX
Suspension Training



NORDIC WALKING

Tenuto da
VITO ZACCAGNINO
Istruttore Qualificato

Functional Run nasce dallo studio dell' unione di tre allenamenti che insieme creano il connubio unico di benessere cardiovascolare + aumento della forza muscolare + la tranquillità della nostra mente.

Gli allenamenti si svolgeranno con il tuo Istruttore che monitorerà il tuo battito cardiaco, ti accompagnerà nel superare i tuoi limiti muscolari e ti aiuterà ad allontanare lo stress.

I Workout si terranno all'aperto con ogni condizione atmosferica :
“Non esiste il tempo ideale per allenarsi, ma esiste l'abbigliamento giusto e la giusta determinazione”

SEDUTE SINGOLE - PACCHETTO 5 o 10 SEDUTE

INFORMAZIONI e/o PRENOTAZIONI:
b.cioppi@polmasi.it e/o info@polmasi.it