



Adatto a tutti!

MARTIAL TRAINING



ORE 17,00

ELEMENTI DI KUNGFU
& PRE-ACROBATICA MARZIALE
/ DAGLI STILI DEL NORD



ORE 16,00

COMPLETE STRETCHING
/ ALLUNGAMENTO COMPLETO

ORE 15,00

MUSCLE BALANCE
/ RIEQUILIBRIO MUSCOLARE

SABATO 30 APRILE

TRAINING DAY

IL SABATO CHE APRE IL TRIMESTRE CORSI!

SPAZIO
molécole



GLI OBIETTIVI
DIMAGRIMENTO
TONO MUSCOLARE
CORRETTA POSTURA
EQUILIBRIO & CORPO LIBERO
AUTO-DIFESA

3 CORSI IN 1, A DIFFERENTE INTENSITÀ

PER IL SABATO DI STAGE 1 lezione a scelta **12 euro** | 2 lezioni a scelta **22 euro** | tutta la giornata (3 lezioni) **32 euro**
(per le quote al mese invece rivolgersi al recapito segnalato per le info, oppure allo staff in questa giornata)

SABATO 30 APRILE / ORARIO 15,00 - 19,00
nelle pause fra una lezione e la successiva verranno offerte bevande biologiche

* **OMAGGIO:** per chi partecipa al sabato d'inizio trimestre la quota d'iscrizione annua (tesseramento) sarà di soli 10 euro

SPAZIO
molécole

Via Gressoney, 29/B - Torino | **Info: 339.7757644** | www.compagniamolecole.it | molecole.cristinamolinarini@hotmail.it