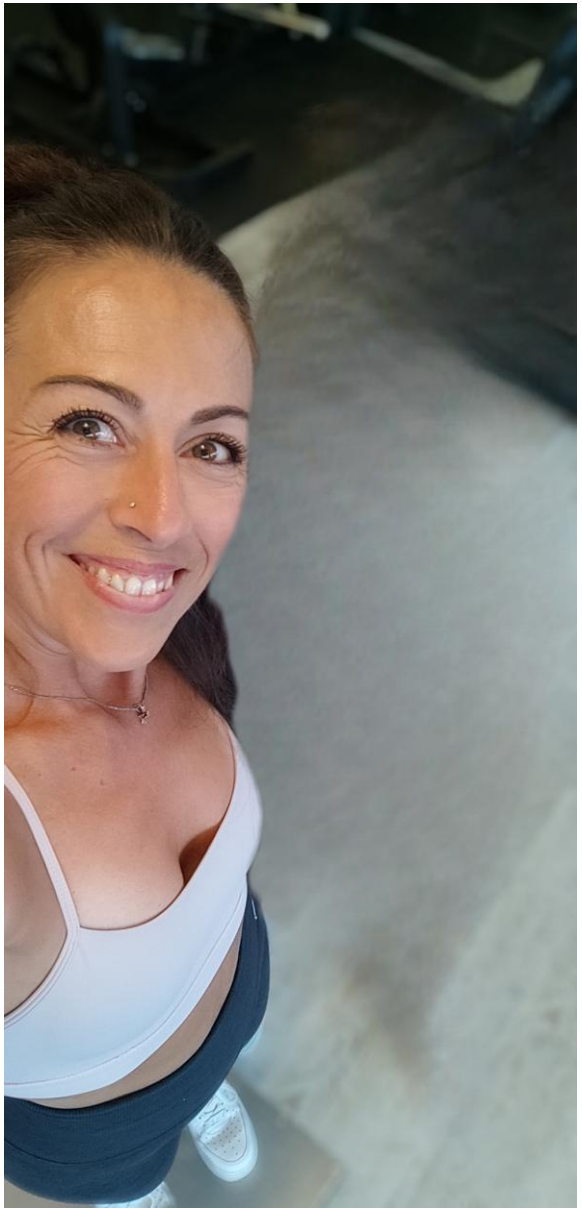


Live Life
oltre il fitness

Live Life
oltre il fitness

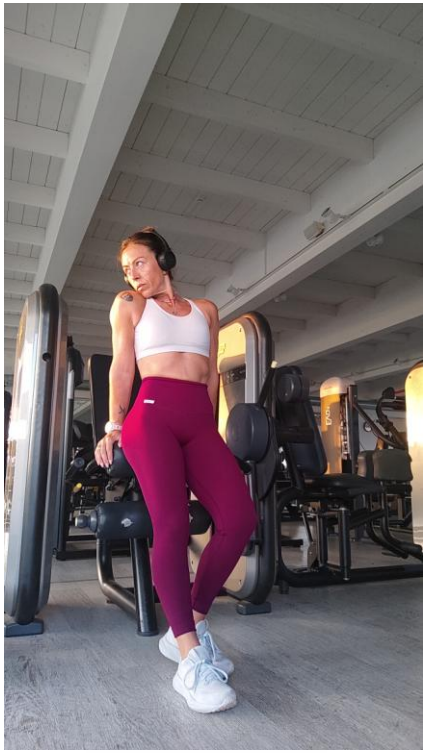
GIOVANNA CARLINO

339.7794756

Life
oltre il fitness

ALLENAMENTO

al femminile



ALLENAMENTO AL FEMMINILE

Life CON Jo

ANAMNESI E PROGRAMMA PERSONALIZZATO

Un'analisi iniziale per conoscere esigenze, obiettivi e livello di partenza, e costruire un programma su misura.

INCONTRI PROGRAMMATI IN SALA PESI

Allenamenti guidati e organizzati per imparare a utilizzare al meglio la sala pesi, migliorare tecnica e consapevolezza del proprio corpo.

CHECK E CONTROLLO DEI PROGRESSI

Monitoraggio costante dei risultati e aggiornamento del programma in base ai progressi raggiunti.

LIBERO ACCESSO SALA PESI

Accesso libero alla sala pesi durante gli orari di apertura della struttura.

1 LEZIONE A SETTIMANA A TUA SCELTA DAL PALINSESTO FITNESS

Scegli la lezione che preferisci e allenati con ciò che ti fa stare bene.

ABBONAMENTO MENSILE €100 | **QUOTA ASSOCIATIVA ATTIVA.**

una donna per le donne

che scelgono di amare se stesse.

Perché volersi bene significa anche scegliere di diventare più forti, più consapevoli e più sicure di sé.