

SALA CORSI



📍 via Vivaio 1, 20122 Milano

☎ 02 77402 274 📱 +39 391 4124452

✉ kickandpunchmilano@gmail.com

LUNEDI'

INIZIO	CORSO	DURATA
12:30	POSTURALE-PILATES	45'
13:15	CIRCUIT TRAINING	45'
18:00	CIRCUIT TRAINING	45'

MARTEDI'

INIZIO	CORSO	DURATA
12:30	CIRCUIT TRAINING	45'
13:15	BJJ	60'
17:00	CIRCUIT TRAINING	45'
17:45	GAG	45'
18:45	BJJ	60'

MERCOLEDI'

INIZIO	CORSO	DURATA
12:30	POSTURALE-PILATES	45'
13:15	CIRCUIT TRAINING	45'
18:00	CIRCUIT TRAINING	45'

GIOVEDI'

INIZIO	CORSO	DURATA
12:30	CIRCUIT TRAINING	45'
13:15	BJJ	60'
17:00	CIRCUIT TRAINING	45'
17:45	GAG	45'
18:45	BJJ	60'

VENERDI'

INIZIO	CORSO	DURATA
12:30	POSTURALE-PILATES	45'
13:15	CIRCUIT TRAINING	45'
18:00	CIRCUIT TRAINING	45'