



Blanco

SPA ■ SUN ■ FITNESS ■ FOOD ■ STORE ■



FITNESS 

"Tutte le parti del corpo che hanno una funzione, se usate con moderazione ed esercitate nell'attività alla quale sono deputate, diventano più sane, ben sviluppate ed invecchieranno più lentamente; ma se non saranno usate e lasciate inattive, queste diventeranno facili ad ammalarsi, difettose nella crescita ed invecchieranno precocemente"

*Ippocrate IV secolo a.C*

## Pilates Reformer

1 Lezione  
8 Lezioni

## Pedana Vibrante Professionale

1 Lezione  
8 Lezioni

## Pedana Vibrante Professionale & esercizi a corpo libero

1 Lezione  
8 Lezioni  
12 Lezioni

## Esercizio fisico a corpo libero

1 Lezione  
8 Lezioni  
12 Lezioni

## Body Stretching

1 Lezione  
12 Lezioni

## Info e consigli

abbigliamento ideale: calzini, leggings e t-shirt aderente.

## Omaggio

- 1 lezione prova con Blanco Personal Trainer
- 1 test fisico e analisi antropometriche

I prezzi si intendono a persona per lezione individuale con il personal trainer  
Info e prenotazioni al numero verde 800 40 40 40

min.	euro
------	------

60	50,00
60	240,00

15	25,00
15	160,00

30	35,00
30	200,00
30	240,00

50	40,00
50	240,00
50	320,00

50	40,00
50	320,00

# FITNESS

