

Centro Fitness UP TOWN via G. Ferraris 14
Fidenza (Pr) zona coduro tel 0524/527573
www.up-town.net



Proposta convenzione "Borgo Volley"

Per tutti gli atleti della Borgo volley il 50% di sconto su tutte le attività della Palestra.

Mentre per i famigliari (Papa, Mamma, Fratelli, sorelle degli atleti) il 20% di sconto su tutte le attività della Palestra.

Calendario Corsi WINTER 2022-23 SMART Lezioni in presenza e on-line!

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
9:40 60' Pilates Addome&Glutei SMART Mery	9:40 50' Walking Circuit Anto	9:40 60' 9:40 40' Power Yoga TRX SMART Mery Lisa	9:40 60' Pilates Props SMART Mery			
13:00 50' Step Tonic Monica	13:00 30' Upper Express NEW! Monica		13:00 50' Power Pump Monica	13:00 30' Glutei Express NEW! Monica	13:00 40' TRX Fusion Lisa	
16:20 60' HIP HOP Angelica	16:40 45' Baby Dance Alice	16:20 60' HIP HOP Angelica				
17:20 60' HIP HOP Angelica	17:30 45' Baby Dance Alice	17:30 60' Core strength NEW! Ricky	17:20 60' HIP HOP Angelica			17:30 60' Core strength NEW! Ricky
18:40 50' Walking Circuit Anto	18:15 45' Baby Dance Alice	18:00 50' Power Yoga SMART Mery	18:00 50' 19:00 40' TRX Fusion Lisa	18:40 50' 18:30 60' Walking Circuit Pilates Anto Lisa		10:00 60' Pilates Lisa
19:40 50' Body Moving Dona	19:15 50' Energy Pump Dona	19:40 40' Grit & Core NEW! Lisa	18:50 50' Gag Mery	19:40 50' 19:15 40' Energy step TRX Dona Lillo		11:00 50' Zumba Silvia
20:30 75' Kick Boxing Santo	20:15 40' Tabata Dona	20:45 60' Calisthenics Giova	20:30 75' Kick Boxing Santo	20:45 60' 20:35 40' Calisthenics Tabata Giova Dona		

+ di 40 corsi settimanali!

Scarica da Google Play o App Store l'applicazione "APP - Palestre". Collegandoti alla tua palestra potrai prenotare comodamente le tue lezioni, dal tuo smartphone o tablet, ovunque tu sia.

CONSULTA IL CALENDARIO AGGIORNATO SU WWW.UP-TOWN.NET

Per maggiori chiarimenti contatta il centro fitness
0524/527573 uptownfidenza@gmail.com

www.up-town.net

