



A.S.D. CLAUDIAFIT FITNESS PER TUTTI

A RONCADE, BIANCADE E SAN CIPRIANO

I NOSTRI CORSI:

GINNASTICA
POSTURALE

GINNASTICA DOLCE

TOTAL BODY

PILATES

FITNESS MUSICALE
METODO ZUMBA

TONIFICAZIONE

GINNASTICA METODO
YOGA E YOGA
DINAMICO

FUNCTIONAL TRAINING

BRUCIA GRASSI

PRENOTA LA TUA PRIMA LEZIONE

329 7412216



A.S.D. CLAUDIA FIT Associazione Sportiva Dilettantistica - Via San Rocco 46 - 31056 Roncade (TV)

PROGRAMMA ATTIVITÀ FITNESS 2024

Corso	Istruttore	Giorni	Orari	Sede
FUNCTIONAL TRAINING	Erica	martedì	dalle 19.00 alle 20.00	Palestra Comunale San Cipriano
GINNASTICA DOLCE	Simone	martedì	dalle 15.00 alle 16.00	Palestrina Roncade
		venerdì		
GINNASTICA POSTURALE	Eleonora	martedì	dalle 17.00 alle 18.00	Palestra Comunale San Cipriano
		venerdì		
GINNASTICA METODO YOGA	Aurora	martedì	dalle 18.30 alle 19.30	Sala Parrocchiale Biancade
		giovedì	dalle 9.30 alle 10.30	Palestrina Anziani Roncade (dietro park ULSS)
GINNASTICA METODO YOGA DINAMICO	Aurora	giovedì	dalle 18.30 alle 19.30	Palestra Comunale Biancade
GINNASTICA METODO PILATES	Aurora	lunedì	Dalle 19.30 alle 20.30	Palestra Comunale Biancade
		martedì	dalle 19.30 alle 20.30	Sala Parrocchiale Biancade
		mercoledì	dalle 9.30 alle 10.30	Palestrina Anziani Roncade (dietro park ULSS)
		giovedì	dalle 17.15 alle 18.15	Sala Parrocchiale Biancade
		giovedì	dalle 19.30 alle 20.30	Palestra Comunale Biancade
TOTAL BODY	Alessandra	mercoledì	dalle 19.00 alle 20.00	Palestra Comunale San Cipriano
TONIFICAZIONE	Erica	venerdì	dalle 19.00 alle 20.00	Palestra Comunale San Cipriano
FITNESS MUSICALE METODO ZUMBA	Alessandra	lunedì	dalle 18.45 alle 19.45	Sala Parrocchiale Biancade
		giovedì	dalle 18.30 alle 19.30	
BRUCIA GRASSI	Alessandra	lunedì	dalle 19.45 alle 20.45	Sala Parrocchiale Biancade
		giovedì	dalle 19.30 alle 20.30	

Per informazioni: 329 7412216 – info@claudiafit.it – www.claudiafit.it