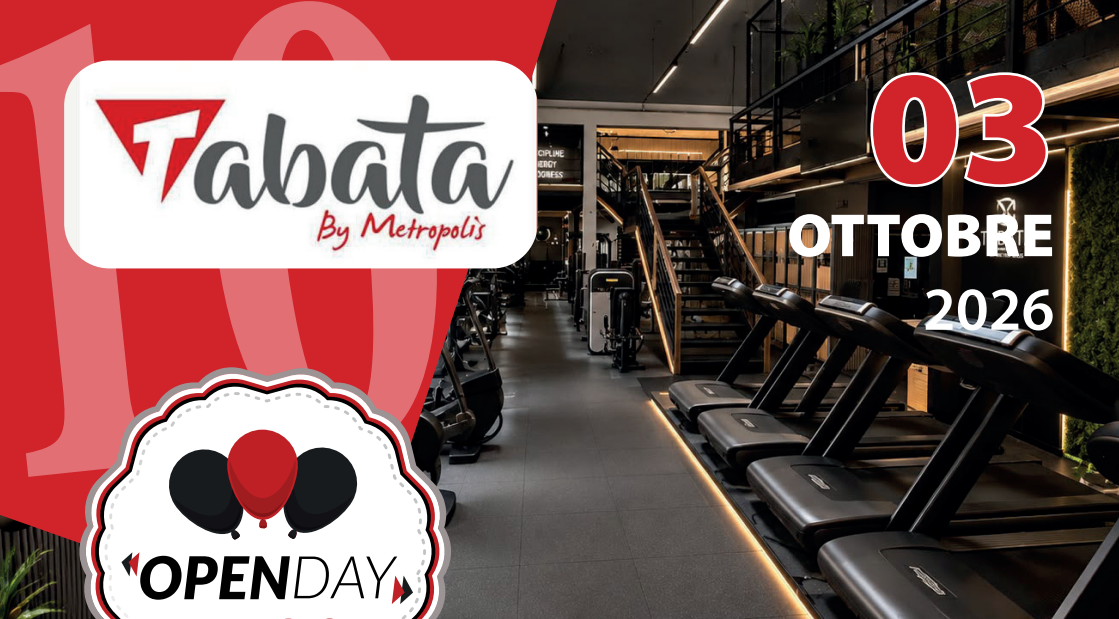




Tabata
By Metropolis

03

OTTOBRE
2026



OPEN DAY
10°

FESTEGGIA CON NOI!!
IL DECENNALE

PROVA GRATUITA A TUTTI I CORSI

Dalle ore 9 lezioni dimostrative da 20 min.

MOBILITY • POWER PUMP • CROSS CARDIO
CROSS JUMP • FLUID • FLUID HIIT • BIG FIVE
TABATA FUNCTIONAL • FUNCTIONAL TRAINING

Ore 15:30 Ginnastica dolce in musica

Ore 16:00 Balli in gruppo a cura di Barrio de AlMa

Ore 17.30 Scuola di Danza L.A.G. School of dance

SALA PESI OPEN DAY • 9:00-22:00

Dalle 19:00 FESTEGGIAMO INSIEME
spiedo con polenta e poi tagliamo
la TORTA!

Tabata *By Metropolis*

Via Ippodromo, 12 - T. 0532 470503 - Whatsapp: 340 2162994