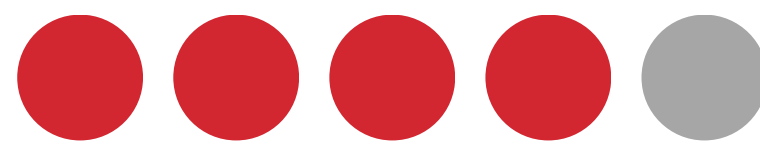


# BODYPUMP

INTENSITAT



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:30	45'				
10:45			60'		
13:30	45'		60'		
15:35				45'	
17:00					60'
17:15		45'			
18:30	45'				
19:15				45'	
20:30			60'		

## ELS MILLORS EXERCICIS

L'autèntic! Sessió d'entrenament amb barres i discos per tonificar tot el cos amb els millors exercicis a la sala de fitness. Crema fins a 560 calories per sessió!

