


FADURAKO IKASTAROAK DOHANIK ABONATUENTZAT

cursos gratuitos en Fadura para personas abonadas.

FADURA	Astelehena lunes	Asteartea martes	Asteazkena miércoles	Osteguna jueves	Ostirala viernes	Larunbata sábado
7:45 - 8:15	HIIT	GAP	INDARRA Fuerza	CORE	HIIT	 <p>11:00 - 12:30</p> <p>MASTER CLASS</p>
9:00 - 9:30	BIZKAR OSASUNTSUA Espalda sana	HIPOPRESIBOAK Hipopresivos	LUZAKETAK Stretching	HIPOPRESIBOAK Hipopresivos	Elastic Band	
13:45- 14:15	INDARRA Fuerza	HIIT	CORE	INDARRA Fuerza	GAP	
16:00 - 16:30	GAP	CORE	HIIT	GAP	INDARRA Fuerza	