



STIAMO LAVORANDO PER VOI
PROGRAMMA SETTIMANALE



✉ info@crossfitbrembo.it
f crossfitbrembo

ALMÈ Via Riviera, 15
Tel: +39 035 541169
Cell: +39 338 4655943

ORE		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
6	30							
		CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT		
7	30							
10	30	CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT		
							CROSSFIT	CROSSFIT
11								
12	45		CROSSFIT		CROSSFIT			
13	45		CROSSFIT		CROSSFIT			
14						CROSSFIT		
17	30	CROSSFIT	CROSSFIT		CROSSFIT	CROSSFIT		
18	30	CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT		
19	30	CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT		
		PINKFIT	CROSSFIT	CROSSFIT	WEIGHT LIFTING	PINKFIT	CROSSFIT	AEROBIC CAPACITY
20	15							
	30			CROSSFIT				
	45			CROSSFIT				
21								

CROSSFIT

PINKFIT

AEROBIC

WEIGHT LIFTING