

# TONE UP



**TONIFICAZIONE GENERALE TUTTO IL CORPO**

## **BENEFICI**

**RAFFORZA MUSCOLATURA:**

- **GAMBE**
- **ADDOMINALI**
- **GLUTEI**
- **SPALLE**
- **BRACCIA**

## **CHI PUO' PRATICARLO**

**TUTTE LE PERSONE, SPORTIVE E NON CHE VOGLIONO OTTENERE UN CORPO TONICI E ARMONICO.**

**GIORNI E ORARI**

**MERCOLEDI 08:00**