

# TIMETABLE 2024-2025

DISCIPLINE PER ADULTI E BAMBINI A PARTIRE DAI 13 ANNI | CLASSI APERTE TUTTO L'ANNO DAL 02 SETTEMBRE 2024 AL 29 AGOSTO 2025

\*Aggiornamento del 26.11.2024

## LUNEDÌ

09.00 - 22.00  
**ALLENAMENTO LIBERO**  
**SCHEDE | PT \***

19.00 - 20.00  
**CROSS TRAINING** Andrea

## MERCOLEDÌ

09.00 - 22.00  
**ALLENAMENTO LIBERO**  
**SCHEDE | PT \***

19.00 - 20.00  
**CROSS TRAINING** Andrea

## VENERDÌ

09.00 - 21.00  
**ALLENAMENTO LIBERO**  
**SCHEDE | PT \***

18.00 - 19.00  
**CALISTHENICS** Alessandro

19.00 - 20.00  
**POWERLIFTING** Alessandro



## MARTEDÌ

09.00 - 22.00  
**ALLENAMENTO LIBERO**  
**SCHEDE | PT \***

18.00 - 19.00  
**CALISTHENICS** Alessandro

19.00 - 20.00  
**POWERLIFTING** Alessandro

19.00 - 20.00  
**FITBOXING** Michelle

## GIOVEDÌ

09.00 - 22.00  
**ALLENAMENTO LIBERO**  
**SCHEDE | PT \***

18.00 - 19.00  
**CALISTHENICS** Alessandro

19.00 - 20.00  
**POWERLIFTING** Alessandro

19.00 - 20.00  
**FITBOXING** Michelle



LE CLASSI/DISCIPLINE CON ( \* ) SONO ACCESSIBILI SOLO SU PRENOTAZIONE, IL PRESENTE TIMETABLE POTREBBE SUBIRE VARIAZIONI A DISCREZIONE DELLA DIREZIONE.

ONE ACTIVE Via F.lli Rosselli 25 - Via E. Mor 14, 20081 Abbiategrasso (Mi) | Tel. +39.0280725567 • M. +39.3936514471 • Email. info@oneactive.it • Pec. lifecombat@pec.it | Affiliazioni: CENTRO NAZIONALE LIBERTAS n. MI919