

## STAGIONE CORSI 2018/19

Scritto da Damiano Pedimina

Martedì 04 Settembre 2018 20:18 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 05 Settembre 2018 06:34

---

Eccoci con una nuova stagione corsi alle porte trovate il nuovo calendario cliccando [qui](#) , novità 2018/19:

- Nuovo corso di **ayur-yoga il lunedì dalle 9.15**

- Corsi di **Kanga Training il giovedì mattina dalle 9.30 alle 10.30**, trovate maggiori informazioni sul sito:

[angatraining-ticino.ch](http://angatraining-ticino.ch)

[www.k](http://www.k)

- Corso di **HIIT** (sostituisce Circuit Training) il mercoledì alle 19.30 maggiori info [qui](#)

**Possibilità di eseguire un allenamento programmato per indoor cycling**

Per informazioni o ragguagli restiamo a disposizione [info@lafenice.ch](mailto:info@lafenice.ch) o 078/757.03.45