

# FABRIZIO

2° livello - Istruttore FIKDA (Federazione Italiana KETTLEBELL e discipline affini)

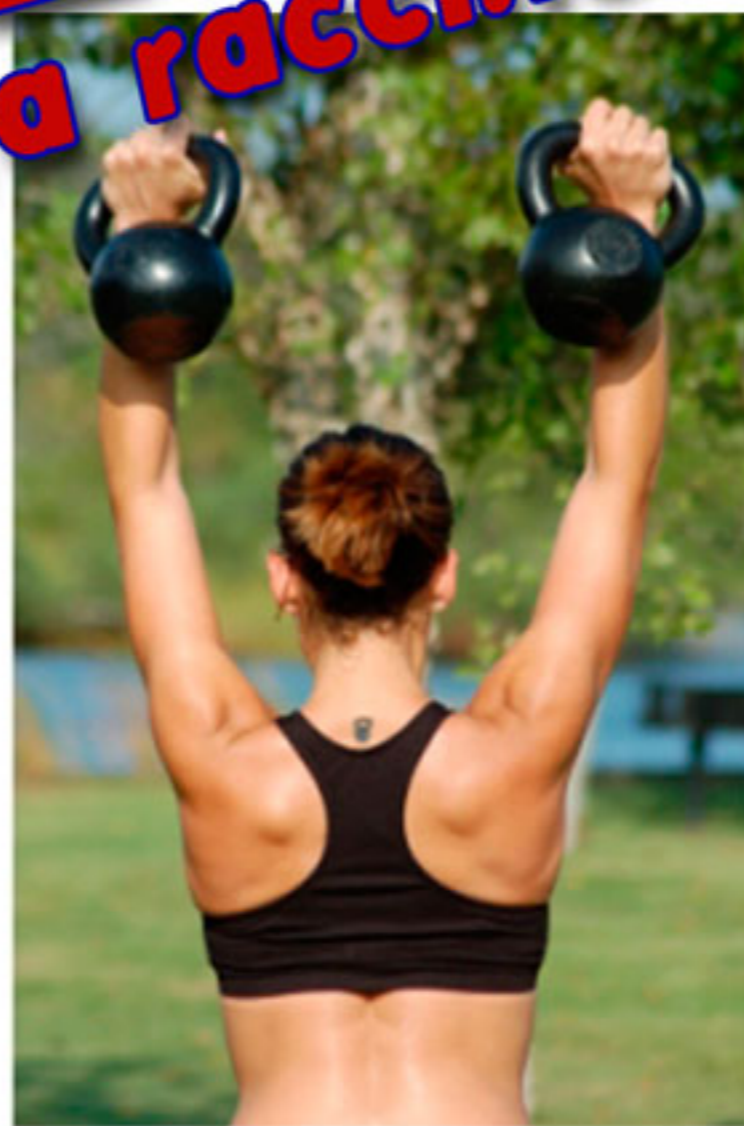
# & ALESSANDRA

2° livello - Istruttore FIKDA (Federazione Italiana KETTLEBELL e discipline affini)

presentano:

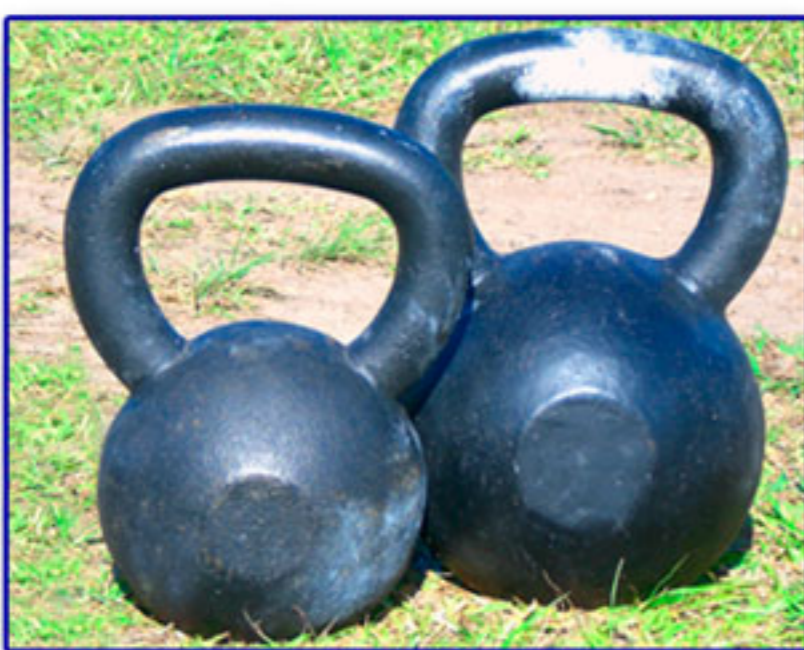
# KETTLEBELL'S TIME

Un'intera palestra racchiusa in una palla di ghisa



## DOMENICA 23 GENNAIO

dalle ore 9,30 alle ore 13,00  
presso la Palestra "Body Mass"



## AVVIAMENTO ALL'USO DEI KETTLEBELL

Si consiglia l'uso di calzature basse (Converse - Superga - Otomix)  
Munirsi di asciugamano



**IL COSTO DI 100 EURO COMPRENDE:**

- il corso formativo
- L'accesso alla palestra
- il Kettlebell (che rimane di proprietà del corsista)

