

FIT CAMP Agrienduro | Casciana Terme (PI) | Giovedì 05 - Sabato 07 Maggio 2022

Programma:

Giovedì 05

12:30 - Arrivo all'agriturismo, pranzo
16:00 - Allenamento Mobility e stretching (circa 1 ora)
18:00 - Cooking class (circa 2 ore)
20:00 - Cena

Venerdì 06

07:45 - Seduta di Yoga (circa 45 minuti)
08:30 - Colazione
11:00 - Allenamento funzionale a corpo libero (circa 1 ora)
13:00 - Tour in ebike + pranzo al sacco (circa 3 ore)
18:30 - Terme con aperitivo (circa 2 ore)
21:30 - Cena

Sabato 07

08:00 - Morning Mobility (circa 30 minuti)
08:30 - Colazione
10:00 - Meeting
12:30 - Pranzo
15:00 - Rientro a casa

Dettagli ed informazioni utili:

- Le attività sono adatte a tutti, a prescindere dal livello di preparazione atletica;
- durante ogni attività i partecipanti sono seguiti da guide/istruttori certificati;
- il soggiorno è previsto in appartamenti dove ogni partecipante ha la propria camera col proprio bagno privato;
- i pranzi sono composti da 2 portate + acqua, dolce e caffè, mentre le cene sono composte da 3 portate + acqua, vino, dolce e caffè;
- FIT PILL può occuparsi anche dell'organizzazione del viaggio/transfer dei partecipanti alla struttura.

Contatti:

Whatsapp → [349 552 8713](https://www.whatsapp.com/channel/002913495528713) (Stefano Bianchi)

Email → info@fit-pill.com

Instagram → [Instagram](https://www.instagram.com/fitpill)