





Sala Gialla Freetime



### “FREE TIME SC FRASCATI, UN’OFFERTA SPORTIVA MOSTRUOSA

Un’offerta sportiva ampia e completa, quasi incontrotendenza col cliché di un centro sportivo che riapre dopo qualche mese di stop e, soprattutto, dopo un profondo restyling.

Il Free Time Sporting Center, un nome che ai Castelli romani può vantare una consolidata tradizione, riparte alla grande con 3 sale fitness, l’immensa sala pesi da 900 metri quadri e la vasca per l’acqua fitness. Oltre, chiaramente, ai 7 campi da padel

“Abbiamo deciso di partire da subito con un’offerta completa per venire incontro alle esigenze degli sportivi ma anche di chi vuole svolgere attività meno impegnative. Il marchio del Free Time è conosciuto in tutti i Castelli e non solo ed abbiamo pensato di ripartire alla grande, senza indugi”, dicono dall’ proprietà.

Un fitto tabellone di attività settimanali per tutti i gusti: dalla fit boxe alla flexible strength, dalla tonificazione al body pump, dalla danza moderna (per principianti ed internazionale), all’hiit, al total body. Tre sale, si diceva, per offrire attività per tutte le esigenze. Dalla difesa personale al jujitsu (bimbi e adulti), al pilates, alla rieducazione posturale, alla pugilistica, l’Mma, il trx, l’allenamento funzionale, il cardio circuit, lo spinning (quest’ultima attività in via di attivazione). Nella vasca dell’acqua fitness, poi, tutti i giorni in vari turni acquagym e hydrobike”. Lorende noto il Free Time Sporting Center.

[Read More](#)