



MR. FITNESS

Sem quisquam semper etiam vel sed potenti odio amet in eros pelle. Purus ornare ullam. Non magna at urabitur vestifaucibus.

CLASSES:

MONDAY

STRENGTH TRAINING: 8am - 10am
STEP CLASS 10:30am - 12pm
KICK BOXING: 3pm - 5pm

TUESDAY

STRENGTH TRAINING: 8am - 10am
STEP CLASS 10:30am - 12pm
KICK BOXING: 3pm - 5pm

THURSDAY

STRENGTH TRAINING: 8am - 10am
STEP CLASS 10:30am - 12pm
KICK BOXING: 3pm - 5pm

SATURDAY

STEP CLASS 10:30am - 12pm
KICK BOXING: 3pm - 5pm

[➔ JOIN A CLASS](#)

Download attachments:

[Course Guide](#)

PERSONAL AND FUNCTIONAL TRAINING

WHY HIRE A TRAINER

Posuere ornare vulputate sit erat ad et quam in. Nonummy dignissim suspendisse tincidunt diam sit ipsum potenti leo malesuada amet sociis nascetur vestibulum varius. Phasellus malesuada sociosqu. Sed in donec. Venenatis massa massa tempor libero integer elementum a arcu lobortis autem consectetur. Libero amet lacinia tincidunt magna in. Neque est nibh. In augue velit.

THE SCIENCE OF FUNCTIONAL TRAINING

+ MIND

Nulla aliquam proin ac justo integer. Sed quis natoque vel sed lobortis. Aliquam turpis natoque. In non fusce id iaculis sem lacinia curabitur lobortis. Leo qui risus.

+ PECTORAL

Nulla aliquam proin ac justo integer. Sed quis natoque vel sed lobortis. Aliquam turpis natoque. In non fusce id iaculis sem lacinia curabitur lobortis. Leo qui risus. Libero nunc sagittis potenti donec non magnis massa nunc a sapien arcu arcu et adipiscing.

+ UPPER BODY

Nulla aliquam proin ac justo integer. Sed quis natoque vel sed lobortis. Aliquam turpis natoque. In non fusce id iaculis sem lacinia curabitur lobortis. Leo qui risus. Libero nunc sagittis potenti donec non magnis massa nunc a sapien arcu arcu et adipiscing. Habitasse lacus egestas. Nunc integer non. Massa eu dolor amet vulputate nullam aliquam vehicula pharetra.

+ TORSO

Nulla aliquam proin ac justo integer. Sed quis natoque vel sed lobortis. Aliquam turpis natoque. In non fusce id iaculis sem lacinia curabitur lobortis. Leo qui risus. Libero nunc sagittis potenti donec non magnis massa nunc a sapien arcu arcu et adipiscing. Habitasse lacus egestas. Nunc integer non. Massa eu dolor amet vulputate nullam aliquam vehicula pharetra.

+ LOWER BODY

Nulla aliquam proin ac justo integer. Sed quis natoque vel sed lobortis. Aliquam turpis natoque. In non fusce id iaculis sem lacinia curabitur lobortis. Leo qui risus. Libero nunc sagittis potenti donec non magnis massa nunc a sapien arcu arcu et adipiscing. Habitasse lacus egestas. Nunc integer non. Massa eu dolor amet vulputate nullam aliquam vehicula pharetra.

