



CALENDARIO CORSI 2026

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
09.15 - 10.30 Ginnastica Antalgica (Marina) ESTERNO	10.00 - 12.00 Ginnastica Antalgica (Marina) ESTERNO	09.15 - 10.30 Ginnastica Antalgica (Marina) ESTERNO	09.15 - 10.30 Ginnastica Antalgica (Marina) ESTERNO	10.00 - 12.00 Ginnastica Antalgica (Marina) ESTERNO
19.00 - 19.45 Spinning (Bronwen) 19.50 - 20.30 Circuit (Bronwen)	17.00 - 18.00 Kombat Training 18.00 - 19.00 Kombat Training (Marco) 19.00 - 20.00 Squash Training (Bronwen)	17.00 - 20.00 Pilates (Silvia) ESTERNO	17.00 - 18.00 Kombat Training 18.00 - 19.00 Kombat Training (Marco) 19.00 - 19.45 Circuit 19.50 - 20.30 Spinning (Bronwen)	17.30 - 20.30 Karate (Maestro Okochi) ESTERNO 20.30-21.30 Power Dance (Sheyla) ESTERNO
21.15 - 22.30 Latino Americano (Fabrizio) ESTERNO	21.15 - 22.30 Latino Americano (Fabrizio) ESTERNO	20.30 - 22.30 Krav Maga (Livio) ESTERNO	21.15 - 22.30 Latino Americano (Fabrizio) ESTERNO	SABATO 15.30-16.30 Zumba (Richmond) ESTERNO

Tutti i corsi sono
su prenotazione tramite
la nostra APP o Whatsapp



I corsi saranno sospesi nelle seguenti date:

-06/04

-02/06

- dal 20/07/2026 al 06/09/2026

VIA GIOVANNI PASCOLI 70/3 - 20133 MILANO

02.2364576

info@polisquash.com

www.polisquash.com

Orari di apertura

Lunedì 07.00 - 23.00

Martedì 09.00 - 23.00

Mercoledì 07.00 - 23.00

Giovedì 09.00 - 23.00

Venerdì 07.00 - 23.00

Sabato 09.00 - 21.00

Domenica 09.00 - 21.00