



# CALENDARIO CORSI 2023/2024

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
12.30 -13.15 Step Coreografico (Laura)	12.30 -13.15 Pilates (Laura)		12.30 -13.15 Strong Nation (Sara)	12.30 -13.15 Zumba (Sara)
13.15 - 14.00 Upper Body (Laura)	13.15 - 14.00 Total Body (Laura)		13.15 - 14.00 Circl Mobility (Sara)	13.15 - 14.00 Body Definition (Sara)
19.00 - 19.45 Spinning (Bronwen)	19.00 - 19.45 Squash Training (Bronwen)		19.00 - 19.45 Circuit (Brownen)	
19.45 - 20.30 Circuit (Bronwen)	19.45 - 20.30 Cardio Sculpt (Martina)		19.45 - 20.30 Spinning (Bronwen)	

I corsi saranno sospesi nelle seguenti date:

31/10/2023

01/11/2023

07 - 08/12/2023

dal 16/12/2023 all'08/01/2024

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



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