



CALENDARIO CORSI 2022/2023

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
12.30 -13.15 Functional Step (Laura)	12.30 -13.15 Pilates (Laura)	12.30 -13.15 Super G.AG. (Arianna)	12.30 -13.15 Pilates (Arianna)	12.30 -13.15 Zumba (Alice)
13.15 - 14.00 Upper&Core (Laura)	13.15 - 14.00 Total Body HIIT (Laura)	13.15 - 14.00 Circuit (Arianna)	13.15 - 14.00 Total Body (Arianna)	13.15 - 14.00 Stretch&Tone (Alice)
19.00 - 19.45 Spinning (Bronwen)	19.15 - 20.00 Squash Training (Oliver)		19.00 - 19.45 Circuit (Brownen)	
19.45 - 20.30 Circuit (Bronwen)			19.45 - 20.30 Spinning (Bronwen)	

I corsi saranno sospesi nelle seguenti date:

31/10/2022 - 01/11/2022

8-9/12/2022

dal 19/12/2022 all' 08/01/2023

Tutti i corsi sono
su prenotazione tramite
la nostra APP



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