



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)	19.00 - 20.00 Squash Training (Bronwen)	17.00 - 20.00 Pilates (Silvia) ESTERNO	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:
-07 + 08/12/2026
-dal 18/12/26 al 10/01/27

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