

ORARIO CORSI 21/22

in vigore dal 2.11.2021
valido fino al 15.7.2022
il presente orario può essere
suscettibile di variazioni

ORARI DEL CENTRO

LUN	7:00 - 22.30	MAR	9:00 - 22.30	SAB	9:00 - 17:00
MER	7:00 - 22.30	GIO	9:00 - 22.30	DOM	9:00 - 13:00
		VEN	9:00 - 22.30		

LUNEDÌ

7:00 - 7:50
FUNZIONALE*
Fabio

10:00 - 11:00
GAG
Carmen

12:45 - 13:30
FUNZIONALE*
Davide

12:45 - 13:30
SPINNING
Steve

14:30 - 15:15
GAG
Carmen

15:15 - 15:30
STRETCHING
Carmen

17:00 - 18:00
KARATE BIMBI
M°Maurizio

18:00 - 18:30
ABS WORKOUT
Rossella

18:30 - 19:30
TABATA
Rossella

19:30 - 20:30
ZUMBA
Rossella

19:30 - 20:20
FUNZIONALE*
Steve

19:30 - 20:30
SPINNING
Diego

20:30 - 21:15
PUMP
Steve

21:15 - 22:00
BODY CONTROL
Steve

MARTEDÌ

9:15 - 10:00
YOGA PILATES
Francesca

10:15 - 11:00
TOTAL TONE
Francesca

12:45 - 13:30
PUMP
Steve

18:00 - 18:30
BOOTY WORKOUT
Francesca

18:30 - 19:15
TOTAL BODY
Francesca

19:00 - 19:50
FUNZIONALE*
Fabio

19:00 - 20:00
SPINNING
Lele

19:15 - 20:00
PUMP
Francesca

20:00 - 21:00
KARATE ADULTI
M°Maurizio

MERCOLEDÌ

7:00 - 7:50
FUNZIONALE*
Steve

10:00 - 11:00
PUMP
Steve

12:45 - 13:30
CROSS CARDIO
Sara

14:30 - 15:15
BODY TONIC
Sara

17:00 - 18:00
BOOT CAMP SCHOOL
Steve

18:00 - 18:30
BOOTY WORKOUT
Sara

18:30 - 19:15
CROSS CARDIO
Sara

19:15 - 20:00
FIT BOXE
Sara

19:30 - 20:20
FUNZIONALE*
Steve

19:00 - 20:00
SPINNING
Diego

20:00 - 20:30
FLEXIBILITY
Sara

GIOVEDÌ

10:00 - 11:00
SPINNING
Steve

12:45 - 13:30
BODY CONTROL
Steve

12:45 - 13:30
FUNZIONALE*
Fabio

17:00 - 18:00
KARATE BIMBI
M°Maurizio

18:00 - 18:30
ABS WORKOUT
Roxy

18:30 - 19:15
FIT BOXE
Roxy

19:15 - 20:00
GAG
Roxy

19:00 - 20:00
SPINNING
Steve

20:00 - 20:15
STRETCHING
Roxy

20:00 - 21:00
SPINNING
Steve

VENERDÌ

10:00 - 11:00
YOGA PILATES
Carmen

12:45 - 13:30
SPINNING
Steve

14:30 - 15:15
PILATES MAT
Anna

18:00 - 18:30
LOWER B. WORKOUT
Anna

18:30 - 19:15
GAG
Anna

19:15 - 20:00
PILATES MAT
Anna

19:15 - 20:00
FUNZIONALE*
Davide

20:00 - 21:00
KARATE ADULTI
M°Maurizio

20:00 - 21:00
SPINNING
Roxy

SABATO

11:30 - 12:15
FUNZIONALE*
Istruttore a rotazione

DOMENICA

10:00 - 10:50
CORSO A ROTAZIONE
Istruttore a rotazione

11:00 - 11:50
SPINNING
Istruttore a rotazione

Booking: le prenotazioni per i corsi
si effettuano esclusivamente tramite
ecomm.sportrck.com/topgym

I corsi contrassegnati da *
prevedono iscrizione a parte.

Eventuali variazioni del planning
verranno comunicate tramite
affissione in bacheca all'interno
del centro oppure online:
topgyminzago.it/orari

Da ricordare: l'accesso al centro
e lo svolgimento delle attività sono
subordinati ad un approfondito
check medico e all'accettazione
del regolamento del centro.

E' obbligatorio cambio scarpe e
asciugamano personale.



via G. Pastore 1, 20065 Inzago MI
02.9547013 www.topgyminzago.it

