

ORARIO CORSI 21/22

in vigore dal 1.5.2022
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	
MER	7:00 - 22.30	GIO	9:00 - 22.30	SAB 9:00 - 17:00
		VEN	9:00 - 22.30	DOM 9:00 - 13:00

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

web APP **SPORTRICK**

ZUCCHETTI GROUP

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



ti RACCOMANDIAMO