# 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

7:00 - 22.30 MAR MER 7:00 - 22.30

GIO 9:00 - 22.30 VEN 9:00 - 22.30

SAB 9:00 - 17:00 **DOM** 9:00 - 13:00

## LUNEDÌ

FUNZIONALE\* Fabio









15:15 - 15:30 **STRETCHING** Carmen





18:30 - 19:30 TABATA

Rossella



19:30 - 20:30 **ZUMBA** Rossella













9:15 - 10:00 YOGA PILATES Francesca



12:45 - 13:30 **PUMP** Steve

18:00 - 18:30

Francesca

18:30 - 19:15

Francesca

Fabio

Lele

**PUMP** 

**TOTAL BODY** 

19:00 - 19:50

**FUNZIONALE\*** 

19:00 - 20:00

SPINNING

19:15 - 20:00

20:00 - 21:00

**M°Maurizio** 

KARATE ADULTI

Francesca

**BOOTY WORKOUT** 

Francesca



**Ites** 

107

14:30 - 15:15 **BODY TONIC** Sara

**FUNZIONALE\*** 

10:00 - 11:00

12:45 - 13:30

**CROSS CARDIO** 

**PUMP** 

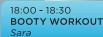
Steve



MERCOLEDI

101



















**W** 

## GIOVEDÌ

SPINNING Steve





















# VENERDÌ

10:00 - 11:00 YOGA PILATES Carmen



LUN



14:30 - 15:15 **PILATES MAT** Anna



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



19:15 - 20:00 **PILATES MAT** Anna

19:15 - 20:00 **FUNZIONALE\*** Davide



20:00 - 21:00



## SABATO

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



## DOMENICA

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

**SPINNING** Istruttore a rotazione



Booking: le prenotazioni per i corsi si effettuano esclusivamente tramite

### Web APP SPORTRICK

**7UCCHETTI 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.



### ti RACCOMANDIAMO









INDOSSA LA MASCHERINA QUANDO NON TI ALLENI



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











