



Top Gym

FITNESS CLUB INZAGO

ESTATE 2024

Gym, pool & sun.

ORARIO CORSI

Dal 10/06/2024 al 26/07/2024

GIORNO	INIZIO	FINE	CORSO	ISTRUTTORE
LUNEDÌ	10:15	11:00	Acqua Gym	Mattia
	12:45	13:30	Functional	Davide
	12:45	13:30	Spinning	Steve
	14:30	15:15	Acqua Gym	Anna
	18:00	18:45	Acqua Gym	Anna
	19:00	20:00	G.A.G	Anna
	19:30	20:20	Functional	Steve
	19:30	20:30	Spinning	Diego
	20:00	20:45	Pump	Steve
	20:45	21:30	Body Control	Steve
MARTEDÌ	09:15	10:00	Mobility&Stretch	Alessio
	10:15	11:00	Total Tone	Alessio
	12:45	13:30	Pump	Steve
	18:00	18:30	ABS	Alessio
	18:30	19:15	Cross Training	Alessio
	19:00	20:00	Spinning	Tony
MERCOLEDDÌ	19:15	20:00	Mobility&Stretch	Alessio
	07:00	07:50	Functional	Steve
	10:00	11:00	Pump	Steve
	12:45	13:30	Acqua Tone	Steve
	14:30	15:15	Body Tonic	Davide
	18:00	18:45	Functional Tone	Davide
	18:45	19:30	Pump	Davide
GIOVEDÌ	19:30	20:20	Functional	Steve
	10:00	11:00	Spinning	Steve
	12:45	13:30	Functional	Davide
	12:45	13:30	Body Control	Steve
	18:00	18:45	Acqua Gym	Anna
	19:00	20:00	Pilates	Anna
	19:00	20:00	Spinning	Steve
	19:45	20:30	Calisthenics	Davide
VENERDÌ	20:00	21:00	Spinning	Steve
	10:00	11:00	Yoga	Carmen
	12:45	13:30	Spinning	Steve
	18:00	18:30	ABS	Rossella
	18:30	19:15	Tabata	Rossella
	19:00	19:45	Calisthenics	Davide
S	19:15	20:00	Zumba	Rossella
	12:00	12:45	Functional	Rotazione
	D	10:00	10:50	Corso a Rotazione
11:00		11:50	Spinning	Rotazione

Fino al 14/7

ORARIO ESTIVO

GIUGNO / LUGLIO

Lun - Mer _____ 7:00 - 22:00

Mar - Gio - Ven _____ 9:00 - 22:00

Sab _____ 9:00 - 17:00

Dom _____ 9:00 - 13:00

AGOSTO

Da Lunedì a Venerdì

10:00 - 14:00 / 17:30 - 21:30

Sabato e Domenica

Aperta solo piscina

ORARIO PISCINA

Lun - Ven _____ 10:00 - 20:00

Sab - Dom _____ 10:00 - 17:00

**IL CENTRO RIMARRA' CHIUSO
DAL 13 AL 18 AGOSTO**

BOOKING

Le prenotazioni per i corsi si effettuano esclusivamente tramite **WEB APP**.

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.

Sono obbligatori prenotazione, cambio scarpe e asciugamano personale.

In piscina sono obbligatori l'uso della cuffia e la doccia prima di entrare in vasca.

In caso di maltempo la piscina resterà chiusa ed i corsi in programma verranno sostituiti con attività indoor (si consiglia doppio cambio)