

BOVISA Masterclass Schedule

DAL 25/09/2023 AL 09/06/2024

LUNEDÌ

08.00	Postural Lorenzo C.
09.00	Functional Training Lorenzo C.

17.00	Pilates Sonia C.
18.00	Pilates Sonia C.
19.00	Yoga Sonia C.
20.00	Yoga Sonia C.

MARTEDÌ

13.00	Functional Training Giulia R.
14.00	Functional Training Giulia R.

17.00	Functional Training Giulia R.
18.00	Functional Training Giulia R.
19.00	Functional Training Giulia R.

MERCOLEDÌ

18.00	Kick Boxing Michelangelo V.
19.00	Kick Boxing Michelangelo V.
20.00	Kick Boxing Michelangelo V.

GIOVEDÌ

17.00	Kick Boxing Michelangelo V.
18.00	Yoga Marco T.
19.00	Pilates Marco T.
20.00	Pilates Marco T.

VENERDÌ

13.00	Mindfulness Stefano Z.
14.00	Mindfulness Stefano Z.

18.00	Body Weight Davide B.
19.00	Functional Training Davide B.
20.00	Functional Training Davide B.

Le lezioni si svolgono al piano terra dell'edificio **B20** del Campus di **Bovisa La Masa**.

E' possibile usufruire degli spogliatoi situati di fronte all'edificio.

www.sport.polimi.it
giuriati@polimi.it
02 23996427