

# BOVISA Masterclass Schedule

DAL 23/09/2024 AL 08/06/2025

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

|       |          |
|-------|----------|
| 13.00 | Pilates  |
| 14.00 | Marco T. |

|       |              |
|-------|--------------|
| 17.00 | <b>PADEL</b> |
| 18.00 | Stefano C.   |
| 18.00 | Yoga         |
| 19.00 | Anna A.      |
| 18.00 | <b>PADEL</b> |
| 19.00 | Stefano C.   |
| 19.00 | Yoga         |
| 20.00 | Anna A.      |
| 19.00 | <b>PADEL</b> |
| 20.00 | Stefano C.   |

|       |                    |
|-------|--------------------|
| 17.00 | <b>Kick Boxing</b> |
| 18.00 | Michelangelo V.    |
| 18.00 | <b>Kick Boxing</b> |
| 19.00 | Michelangelo V.    |
| 19.00 | <b>Kick Boxing</b> |
| 20.00 | Michelangelo V.    |

|       |                            |
|-------|----------------------------|
| 08.00 | Postural                   |
| 09.00 | Lorenzo C.                 |
| 09.00 | <b>Functional Training</b> |
| 10.00 | Lorenzo C.                 |

|       |            |
|-------|------------|
| 13.00 | Pilates    |
| 14.00 | Lorenzo C. |

|       |                            |
|-------|----------------------------|
| 17.00 | <b>Functional Training</b> |
| 18.00 | Lorenzo R.                 |
| 18.00 | <b>Functional Training</b> |
| 19.00 | Lorenzo R.                 |
| 19.00 | <b>Kick Boxing</b>         |
| 20.00 | Michelangelo V.            |

|       |          |
|-------|----------|
| 17.00 | Postural |
| 18.00 | Marco T. |
| 18.00 | Yoga     |
| 19.00 | Marco T. |
| 19.00 | Pilates  |
| 20.00 | Marco T. |

|       |                            |
|-------|----------------------------|
| 16.45 | <b>Calcio a 5 maschile</b> |
| 17.45 | Davide B.                  |
| 17.00 | <b>Mindfulness</b>         |
| 18.00 | Stefano Z.                 |
| 18.00 | <b>Body Weight</b>         |
| 19.00 | Davide B.                  |
| 19.00 | <b>Functional Training</b> |
| 20.00 | Davide B.                  |

Le masterclass di PADEL e CALCIO si svolgeranno presso il Parco dei Gasometri situato in via Giampietrini 24.

Tutte le altre lezioni verranno svolte 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