



Associazione Sportiva Dilettantistica

OLIMPIA

Via Roma 27 Gorgonzola (MI) C.A.P. 20064

affiliata UISP Cell. 3454397888-3771674645

Segreteria Via Restelli 4

www.olimpiagorgonzola.com



RICHIESTA ISCRIZIONE CORSI
ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
OLIMPIA

CORSI ADULTI 2020-2021

Cognome* _____ Nome* _____

Nato/a* a _____ il ___/___/___ residente* a _____ Provincia(____)

Via/piazza* _____ n° _____ telefono casa* _____

Cellulare* _____ e-mail _____

DATI DEL GENITORE - obbligatori per minorenni -

Cognome* _____ Nome* _____

Nato/a* a _____ il ___/___/___ residente* a _____ Provincia(____)

Via/piazza _____ n° _____ telefono casa* _____

Cellulare* _____ e-mail _____

Gorgonzola, _____ (data)

Firma dell'associato (o del genitore per i minorenni)

All'atto dell'iscrizione è obbligatorio consegnare il certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica, pena la perdita del posto prenotato.

EVIDENZIARE I CORSI DESIDERATI

I primi corsi iniziano il 21 settembre 2020

Il planning è suscettibile di variazioni e ampliamenti

Planning corsi adulti 2020-21 A.S.D OLIMPIA Segreteria Via Restelli, 4 Gorgonzola tel. 3454397888-3771674645

venerdì			sabato		
09:00	G.A.G.	TRE	9:00	PILATES MAT.	TRE
09:45	Roberta		10:00	Davide	
09:50	MANTENIMENTO	TRE	10:05	PILATES MAT.	TRE
10:50	Roberta		11:05	Davide	
10:55	PILATES MAT.	TRE			
11:55	Roberta				
12:00	BODY TONIC	TRE			
12:45	Manuela				
12:50	BODY TONIC	TRE			
13:35	Manuela				
14:30	ANTALGICA	ORA			
15:30	Ela				
15:30	ANTALGICA	TRE			
16:30	Daniela				
18:30	G.A.G.	CAR			
19:15	Manuela				
19:15	G.A.G.	CAR			
20:00	Manuela				
20:00	STRETCHING	CAR			
20:30	Manuela				

sabato			domenica		
9:00	PILATES MAT.	TRE	09:00	gimn. del sorriso	TRE
10:00	Davide		10:00	Giuseppe	
10:05	PILATES MAT.	TRE	10:05	ANTALGICA	TRE
11:05	Davide		11:05	Giuseppe	
			11:10	ANTALGICA	TRE
			12:10	Roberta	
			12:00	ginnastica Dolce	TRE
			15:30	Daniela	
			15:30	ANTALGICA	TRE
			16:30	Manuela	
			18:30	Mantenimento	TRE
			19:30	Manuela	
			19:30	PILATES	CAR
			20:00	Chiara	
			20:00	BODY TONIC	CAR
			20:15	Manuela	
			21:00	AEROSTEP	ORA
			21:00	Manuela	
			21:05	STRETCHING	ORA
			21:35	Manuela	

domenica			venerdì		
09:00	G.A.G.	TRE	09:00	MUSIC GYM	TRE
09:45	Roberta		10:00	Roberta	
09:50	MANTENIMENTO	TRE	10:05	BODY TONIC	TRE
10:50	Roberta		10:50	Roberta	
10:55	PILATES MAT.	TRE	10:55	Roberta	
11:55	Roberta		11:55	Roberta	
12:00	BODY TONIC	TRE	12:00	POSTURAL	TRE
12:45	Manuela		12:45	Roberta	
12:50	BODY TONIC	TRE	13:50	PILATES MAT.	TRE
13:35	Manuela		13:50	Roberta	
14:30	ANTALGICA	ORA	15:15	ginnastica Dolce	ORA
15:30	Ela		16:15	Daniela	
15:30	ANTALGICA	TRE	18:15	MANTENIMENTO	TRE
16:30	Daniela		19:15	Manuela	
18:30	G.A.G.	CAR	19:20	Daniela	
19:15	Manuela		19:20	Manuela	
19:15	G.A.G.	CAR	19:20	MANTENIMENTO	TRE
20:00	Manuela		20:20	Manuela	
20:00	STRETCHING	CAR	19:30	PILATES	CAR
20:30	Manuela		20:30	Daniela	
			20:25	MANTENIMENTO	TRE
			21:25	Manuela	
			20:00	BODY TONIC	ORA
			20:45	Manuela	
			20:50	YOGA STRETCHING	ORA
			21:20	Manuela	

venerdì			sabato		
09:00	G.A.G.	TRE	9:00	PILATES MAT.	TRE
09:45	Roberta		10:00	Davide	
09:50	MANTENIMENTO	TRE	10:05	PILATES MAT.	TRE
10:50	Roberta		11:05	Davide	
10:55	PILATES MAT.	TRE			
11:55	Roberta				
12:00	BODY TONIC	TRE			
12:45	Manuela				
12:50	BODY TONIC	TRE			
13:35	Manuela				
14:30	ANTALGICA	ORA			
15:30	Ela				
15:30	ANTALGICA	TRE			
16:30	Daniela				
18:30	G.A.G.	CAR			
19:15	Manuela				
19:15	G.A.G.	CAR			
20:00	Manuela				
20:00	STRETCHING	CAR			
20:30	Manuela				

sabato			domenica		
9:00	PILATES MAT.	TRE	09:00	gimn. del sorriso	TRE
10:00	Davide		10:00	Giuseppe	
10:05	PILATES MAT.	TRE	10:05	ANTALGICA	TRE
11:05	Davide		11:05	Giuseppe	
			11:10	ANTALGICA	TRE
			12:10	Roberta	
			12:00	ginnastica Dolce	TRE
			15:30	Daniela	
			15:30	ANTALGICA	TRE
			16:30	Manuela	
			18:30	Mantenimento	TRE
			19:30	Manuela	
			19:30	PILATES	CAR
			20:00	Chiara	
			20:00	BODY TONIC	CAR
			20:15	Manuela	
			21:00	AEROSTEP	ORA
			21:00	Manuela	
			21:05	STRETCHING	ORA
			21:35	Manuela	

domenica			venerdì		
09:00	G.A.G.	TRE	09:00	MUSIC GYM	TRE
09:45	Roberta		10:00	Roberta	
09:50	MANTENIMENTO	TRE	10:05	BODY TONIC	TRE
10:50	Roberta		10:50	Roberta	
10:55	PILATES MAT.	TRE	10:55	Roberta	
11:55	Roberta		11:55	Roberta	
12:00	BODY TONIC	TRE	12:00	POSTURAL	TRE
12:45	Manuela		12:45	Roberta	
12:50	BODY TONIC	TRE	13:50	PILATES MAT.	TRE
13:35	Manuela		13:50	Roberta	
14:30	ANTALGICA	ORA	15:15	ginnastica Dolce	ORA
15:30	Ela		16:15	Daniela	
15:30	ANTALGICA	TRE	18:15	MANTENIMENTO	TRE
16:30	Daniela		19:15	Manuela	
18:30	G.A.G.	CAR	19:20	Daniela	
19:15	Manuela		19:20	Manuela	
19:15	G.A.G.	CAR	19:20	MANTENIMENTO	TRE
20:00	Manuela		20:20	Manuela	
20:00	STRETCHING	CAR	19:30	PILATES	CAR
20:30	Manuela		20:30	Daniela	
			20:25	MANTENIMENTO	TRE
			21:25	Manuela	
			20:00	BODY TONIC	ORA
			20:45	Manuela	
			20:50	YOGA STRETCHING	ORA
			21:20	Manuela	

sabato			domenica		
9:00	PILATES MAT.	TRE	09:00	gimn. del sorriso	TRE
10:00	Davide		10:00	Giuseppe	
10:05	PILATES MAT.	TRE	10:05	ANTALGICA	TRE
11:05	Davide		11:05	Giuseppe	
			11:10	ANTALGICA	TRE
			12:10	Roberta	
			12:00	ginnastica Dolce	TRE
			15:30	Daniela	
			15:30	ANTALGICA	TRE
			16:30	Manuela	
			18:30	Mantenimento	TRE
			19:30	Manuela	
			19:30	PILATES	CAR
			20:00	Chiara	
			20:00	BODY TONIC	CAR
			20:15	Manuela	
			21:00	AEROSTEP	ORA
			21:00	Manuela	
			21:05	STRETCHING	ORA
			21:35	Manuela	

domenica			venerdì		
09:00	G.A.G.	TRE	09:00	MUSIC GYM	TRE
09:45	Roberta		10:00	Roberta	
09:50	MANTENIMENTO	TRE	10:05	BODY TONIC	TRE
10:50	Roberta		10:50	Roberta	
10:55	PILATES MAT.	TRE	10:55	Roberta	
11:55	Roberta		11:55	Roberta	
12:00	BODY TONIC	TRE	12:00	POSTURAL	TRE
12:45	Manuela		12:45	Roberta	
12:50	BODY TONIC	TRE	13:50	PILATES MAT.	TRE
13:35	Manuela		13:50	Roberta	
14:30	ANTALGICA	ORA	15:15	ginnastica Dolce	ORA
15:30	Ela		16:15	Daniela	
15:30	ANTALGICA	TRE	18:15	MANTENIMENTO	TRE
16:30	Daniela		19:15	Manuela	
18:30	G.A.G.	CAR	19:20	Daniela	
19:15	Manuela		19:20	Manuela	
19:15	G.A.G.	CAR	19:20	MANTENIMENTO	TRE
20:00	Manuela		20:20	Manuela	
20:00	STRETCHING	CAR	19:30	PILATES	CAR
20:30	Manuela		20:30	Daniela	
			20:25	MANTENIMENTO	TRE
			21:25	Manuela	
			20:00	BODY TONIC	ORA
			20:45	Manuela	
			20:50	YOGA STRETCHING	ORA
			21:20	Manuela	

EVIDENZIARE I CORSI DESIDERATI

I primi corsi iniziano il 21 settembre 2020

Il planning è suscettibile di variazioni e ampliamenti