

CORSI TERRA DAL 5/8 ALL'11/8 2024

Fitness - Indoor Cycling - On Demand virtual training

PRENOTAZIONI

APP Sport Center Parma 

SITO www.sportcenterparma.it/areapersonale

| LUNEDÌ | | MARTEDÌ | | MERCOLEDÌ | | GIOVEDÌ | | VENERDÌ | | SABATO | |
|--|---|--|---|--|---------------------------------------|--|---|--|---|--|----------------|
| Sala 1 | Sala 2/Cycling | Sala 1 | Sala 2/Cycling | Sala 1 | Sala 2/Cycling | Sala 1 | Sala 2/Cycling | Sala 1 | Sala 2/Cycling | Sala 1 | Sala 2/Cycling |
| 06:30 - 13:00 ON DEMAND * Virtual Training | | 06:30 - 10:15 ON DEMAND * Virtual Training | | 06:30 - 10:00 ON DEMAND * Virtual Training | | 06:30 - 13:00 ON DEMAND * Virtual Training | | 06:30 - 18:00 ON DEMAND * Virtual Training | | 08:00 - 19:30 ON DEMAND * Virtual Training | |
| | | | | | | | | | | | |
| | 10:15 - 11:00 PILATES MAT Annabella | 10:15 - 11:00 PUMP Titty | 09:15 - 10:00 POSTURAL TRAINING Titty | 09:15 - 10:00 TOTAL BODY Annabella | 10:15 - 11:00 PILATES MAT Titty | | 09:15 - 10:00 PILATES MAT Annabella | | 10:15 - 11:00 PILATES MAT Annabella | | |
| | | | | 10:10 - 13:00 ON DEMAND * Virtual Training | | | | | | | |
| | | 11:30 - 18:00 ON DEMAND * Virtual Training | | 13:15 - 13:50 TOTAL BODY Elena | | 13:15 - 14:00 PILATES MAT Donatella | | 06:30 - 18:00 ON DEMAND * Virtual Training | | 08:00 - 19:30 ON DEMAND * Virtual Training | |
| | | | | 14:00 - 18:00 ON DEMAND * Virtual Training | | 14:00 - 18:00 ON DEMAND * Virtual Training | | | | | |
| 14:00 - 19:00 ON DEMAND * Virtual Training | | | 17:30 - 18:15 PILATES MAT Donatella | 18:20 - 19:05 GAG Annabella | 18:20 - 19:05 PUMP Donatella | 18:20 - 19:05 TOTAL BODY Donatella | 17:30 - 18:15 PILATES MAT Donatella | | | | |
| | | 18:20 - 19:05 PUMP Donatella | | | | | | | | | |
| 19:10 - 19:55 TOTAL BODY Elena | | 19:15 - 21:00 ON DEMAND * Virtual Training | | 19:15 - 21:00 ON DEMAND * Virtual Training | | 19:15 - 21:00 ON DEMAND * Virtual Training | | 19:15 - 21:00 ON DEMAND * Virtual Training | | 08:30 - 18:30 ON DEMAND * Virtual Training | |
| | | | | | | | | | | | |
| 19:15 - 20:00 PILATES MAT Annabella | | | | | | | | | 19:10 - 19:55 PILATES MAT Donatella | | |
| 20:00 - 21:00 ON DEMAND * Virtual Training | | | | | | | | | | | |

DOMENICA

Tutti i corsi sono a prenotazione (da oggi fino a 7 giorni) e potrebbero subire modifiche. I corsi live possono essere sospesi se non raggiungono il numero minimo di 5 persone. (*) Per i corsi ON DEMAND Virtual Training non è necessaria la prenotazione, possono essere selezionati in autonomia in base alle proprie preferenze dal tablet presente in sala o ti puoi aggregare al corso già selezionato da un altro tesserato.

 *Corsi Ondemand attivi dal 12 al 18 Agosto 2024