

CORSI TERRA | 14 SETTEMBRE-20 SETTEMBRE 2026

In verde sono evidenziate le lezioni aggiunte rispetto al planning precedente

PRENOTAZIONI

APP Sport Center Parma

SITO www.sportcenterparma.it/areapersonale

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO	
Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2
						07:45 - 08:00 VINYASA YOGA Bianca					
	08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Titty		8:25 - 9:10 PILATES MAT Annabella		08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Titty		8:25 - 9:10 PILATES MAT Annabella	8:25 - 9:10 TOTAL BODY Titty			
09:15 - 10:00 TOTAL BODY Titty	9:15 - 10:00 PILATES MAT Emanuele		09:15 - 10:00 POSTURAL TRAINING Titty	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Laura			09:15 - 10:00 PILATES MAT Bianca		9:20 - 10:05 PILATES MAT Donatella		
	10:15 - 11:00 PILATES MAT Annabella	10:15 - 11:00 PUMP Titty			10:15 - 11:00 PILATES MAT Titty		10:15 - 11:00 POSTURAL TRAINING Bianca		10:15 - 11:00 PILATES MAT Donatella		
										11:00 - 11:45 ZUMBA Ledia	
13:15-14:00 PUMP Titty		13:05 - 13:50 FUNCTIONAL Laura	13:15 - 14:00 VINYASA YOGA Bianca	13:15 - 14:00 TABATA Elena		13:15-14:00 TOTAL BODY Elena	13:15-14:00 PILATES MAT Titty	13:05 - 13:50 GAG Laura			13:00 - 13:45 PILATES MAT Rotazione
										DOMENICA	
17:30 - 18:15 GAG Katia	17:30 - 18:15 PILATES MAT Emanuele	17:30 - 18:15 TOTAL BODY Glenda	17:30 - 18:15 PILATES MAT Barbara		17:30 - 18:15 PILATES MAT Emanuele	17:30 - 18:15 TOTAL BODY Glenda	17:30 - 18:15 PILATES MAT Barbara	17:30 - 18:15 PUMP Elisa	17:30 - 18:15 PILATES MAT Katia		
	18:20 - 19:05 PILATES MAT Katia		18:20 - 19:05 PILATES MAT Bianca	18:20 - 19:05 GAG Annabella	18:20 - 19:05 ZUMBA Ledia	18:20-19:05 PUMP Steven		18:20 - 19:05 TABATA Steven	18:20 - 19:05 POSTURAL TRAINING Katia	10:00 - 10:45 JOLLY Rotazione	
19:10 - 19:55 TOTAL BODY Elena	19:10 - 19:55 ZUMBA Ledia	19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Edoardo	19:10 - 19:55 VINYASA YOGA Bianca	19:10 - 19:55 TOTAL BODY Silvia		19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Stevan		19:10 - 19:55 GAG Steven			
	20:00 - 20:45 PILATES MAT Emanuele				20:00 - 20:45 PILATES MAT Emanuele						



 Tutti i corsi sono a prenotazione (da oggi fino a 7 giorni) e potrebbero subire modifiche. I corsi possono essere sospesi qualora non venga raggiunto il numero minimo di 5 persone, mentre la disdetta da parte del tesserato potrà essere fatta fino ad un minuto prima dell'inizio della lezione.