

CORSI TERRA DAL 24 AL 28 AGOSTO 2026

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
			07:15 - 08:00 VINYASA YOGA Bianca			08:00 - 08:45 VINYASA YOGA Bianca					
	08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Laura		8:25 - 9:10 PILATES MAT Valentina		08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Laura		8:25 - 9:10 PILATES MAT Laura				
09:15 - 10:00 TOTAL BODY Laura			09:15 - 10:00 POSTURAL TRAINING Valentina	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Laura			09:15 - 10:00 PILATES MAT Laura	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Glenda	9:20 - 10:05 PILATES MAT Katia		
		10:15 - 11:00 PUMP Glenda			10:15 - 11:00 PILATES MAT Valentina		10:15 - 11:00 POSTURAL TRAINING Laura		10:15 - 11:00 PILATES MAT Katia		
										11:00 - 11:45 ZUMBA Ledja	
13:15-14:00 PUMP Glenda	13:15-14:00 PILATES MAT Bianca	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		13:05 - 13:50 GAG Laura			
										DOMENICA	
17:30 - 18:15 GAG Glenda	17:30 - 18:15 PILATES MAT Bianca	17:30 - 18:15 TOTAL BODY Glenda	17:30 - 18:15 PILATES MAT Desi		17:30 - 18:15 PILATES MAT Laura	17:30 - 18:15 TABATA Elena	17:30 - 18:15 PILATES MAT Desi	17:30 - 18:15 PUMP Glenda			
	18:20 - 19:05 PILATES MAT Bianca	18:20 - 19:05 PUMP Glenda	18:20 - 19:05 PILATES MAT Desi		18:20 - 19:05 ZUMBA Ledja	18:20-19:05 PUMP Glenda	18:20 - 19:05 PILATES MAT Desi	18:20 - 19:05 TABATA Glenda			
19:10 - 19:55 TOTAL BODY Elena	19:10 - 19:55 ZUMBA Ledja		19:10 - 19:55 VINYASA YOGA Bianca	19:10 - 19:55 TOTAL BODY Silvia							



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, mentre la disdetta da parte del tesserato potrà essere fatta fino ad un minuto prima dell'inizio della lezione.