CORSI TERRA | 2 NOVEMBRE 2026 - 28 MAGGIO 2027

PRENOTAZIONI
APP Sport Center Parma
SITO www.sportcenterparma.it/areapersonale

LUNEDÌ

Sala 1	Sala 2
	08:25 -09:10 POSTURAL TRAINING Titty
09:15 - 10:00 TOTAL BODY Titty	9:15 - 10:00 PILATES MAT Emanuele
	10:15 - 11:00 PILATES MAT Annabella
13:15-14:00 PUMP Titty	13:15-14:00 PILATES MAT Valentina
17:30 - 18:15 GAG Katia	17:30 - 18:15 PILATES MAT Emanuele
18:20 - 19:05 PUMP Michela	18:20 - 19:05 PILATES MAT Katia
19:10 - 19:55 TOTAL BODY Elena	19:10 - 19:55 ZUMBA Ledia
	20:00 - 20:45 PILATES MAT Emanuele

MARTEDÌ

Sala 1	Sala 2
	8:25 - 9:10 PILATES MAT Annabella
	09:15 - 10:00 POSTURAL TRAINING Titty
10:15 - 11:00 PUMP Titty	
13:05 - 13:50 FUNCTIONAL Laura	13:15 - 14:00 VINYASA YOGA Bianca
17:30 - 18:15 TOTAL BODY Glenda	17:30 - 18:15 PILATES MAT Barbara
18:20 - 19:05 PUMP Michela	18:20 - 19:05 PILATES MAT Bianca
19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Edoardo	19:10 - 19:55 VINYASA YOGA Bianca

MERCOLEDÌ

Sala 1	Sala 2
	08:25 -09:10 POSTURAL TRAINING Titty
09:15 - 10:00 TOTAL BODY Laura	
	10:15 - 11:00 PILATES MAT Titty
13:15 - 14:00 TABATA Elena	
	17:30 - 18:15 PILATES MAT Emanuele
18:20 - 19:05 GAG Annabella	18:20 - 19:05 ZUMBA Ledia
19:10 - 19:55 TOTAL BODY Silvia	
	20:00 - 20:45 PILATES MAT Emanuele

GIOVEDÌ

Sala 1	Sala 2
07:45 - 08:30 VINYASA YOGA Bianca	
	8:25 - 9:10 PILATES MAT Annabella
	09:15- 10:00 PILATES MAT Bianca
	10:15 - 11:00 POSTURAL TRAINING Bianca
13:15-14:00 TOTAL BODY Elena	13:15-14:00 PILATES MAT Titty
17:30 - 18:15 TOTAL BODY Glenda	17:30 - 18:15 PILATES MAT Barbara
18:20-19:05 PUMP Steven	
19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Glenda	

VENERDÌ

Sala 1	Sala 2
8:25 - 9:10 TOTAL BODY Titty	
	9:20 - 10:05 PILATES MAT Donatella
	10:15 - 11:00 PILATES MAT Donatella
13:05 - 13:50 GAG Laura	
17:30 - 18:15 PUMP Elisa	17:30 - 18:15 PILATES MAT Katia
18:20 - 19:05 TABATA Steven	18:20 - 19:05 POSTURAL TRAINING Katia
19:10 - 19:55 GAG Katia	

SABATO

Sala 1	Sala 2
11:00 - 11:45 ZUMBA Ledia	
	13:00 - 13:45 PILATES MAT Rotazione

DOMENICA

10:00 - 10:45 JOLLY Rotazione	

SPORTCENTER PARMA

⚠ 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.