

ORARI E CORSI DI FITNESS TERRA ED ACQUA

SALA 1

dal 6/6/2022

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
18:30-19:20 PILATES (arianna)	18:30-19:20 GAG (raffaete)	18:30-19:20 TOTAL BODY (cinzia)	18:30-19:20 PUMP (raffaete)	17:50-18:40 PILATES XTEMPO (maria)	
19:30-20:20 PILATES (arianna)	19:30-20:20 PUMP (raffaete)	19:30-20:20 POSTURAL (cinzia)	19:30-20:20 GAG (raffaete)	18:50-19:40 XTEMPO ENERGY (maria)	

SALA 2

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
13:00-13:50 MINI-CLASS (annabella)	13:00-13:50 PILATES (annabella)	13:00-13:50 MINI-CLASS (mario)	13:00-13:50 POWER PUMP (annabella)	13:00-13:50 FIT BOXE (annabella)	
18:30-19:20 FIT BOXE (raffaete)	18:30-19:20 PILATES (katia)	18:30-19:20 FIT BOXE (raffaete)	18:30-19:20 PILATES (arianna)		
19:30-20:20 MINI-CLASS (raffaete)		19:30-20:20 MINI-CLASS (raffaete)	19:30-20:20 PILATES (arianna)		

TERRAZZA

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
	19:30-20:20 SPINNING (silvia)	19:30-20:20 SPINNING (silvia)			10:30-11:20 SPINNING (silvia)

PISCINA SCOPERTA

dal 6/6/2022

LUN	MART	MERC	GIOV	VEN	SAB	DOM
	10:30-11:15 GYM DOLCE (katia)	10:30-11:15 GYM DOLCE (veronica)		10:30-11:15 GYM DOLCE (veronica)	10:30-11:30 MAXI ACQUA GYM (katia)	10:30-11:30 MAXI ACQUA GYM (katia)
12:45-13:30 13:35-14:20 ACQUA GYM (maria)	12:45-13:30 ACQUA BIKE (cinzia)	12:45-13:30 13:35-14:20 ACQUA GYM (barbara)	12:45-13:30 ACQUA TREK (marcello)	12:45-13:30 13:35-14:20 ACQUA BIKE (barbara)		
	16:45-17:30 ACQUA GYM (katia)		16:45-17:30 ACQUA GYM (katia)			
18:30-19:15 19:30-20:15 ACQUA BIKE (cinzia)	18:30-19:15 19:30-20:15 ACQUA GYM (maria)	18:30-19:15 19:30-20:15 ACQUA TREK (marcello)	18:30-19:15 19:30-20:15 ACQUA GYM (barbara)	18:15-19:00 19:15-20:00 ACQUA BIKE (luca)		
18:30-19:15 19:30-20:15 ACQUA TREK (marcello)						

INFO/DISDETTE/PRENOTAZIONI:

- parma@coopernuoto.it
- APP My Appy
(1° pagamento in cassa).



CONI
STELLA DI BRONZO 2013



PARMA - Via Luigi Anedda, 23 (Moletolo)
Tel. 0521.776589 | parma@coopernuoto.it
www.coopernuoto.it | [f](https://www.facebook.com/CoopernuotoParma) CoopernuotoParma

CARPI | CORREGGIO
MIRANDOLA | NOVELLARA
PARMA | SOLIERA



**FITNESS
TERRA
&
ACQUA
GYM DOLCE**

FITNESS



CONI



(QUOTA TESSERAMENTO ANNUALE, RIFERITA SOLO AI CORSI € 15) - LA DIREZIONE SI RISERVA DI APPORTARE MODIFICHE A: PLANNING CORSI, ORARI E COSTI NELL'ARCO DELLA STAGIONE