



Bernabé e il Parma, feeling senza scadenza: "Sono felice qua, voglio restare"

ATTUALITÀ COLLECCHIO

Sport e benessere per gli over 45: il fitness sbarca a Sala Baganza e Collecchio

Riprende l'attività motoria promossa da Pedemontana Sociale. A partire dall'8 ottobre, Lezioni a cadenza bisettimanale in fasce orarie m



Redazione

02 ottobre 2026 10:28



Festa di conclusione dei corsi che si è svolta lo scorso anno a Sala Baganza

Collecchio e Sala Baganza la salute e il benessere non hanno età, con i corsi di attività motoria dedicati agli over 45 promossi da Pedemontana Sociale e organizzati dalle società sportive accreditate. Un'opportunità da sempre molto partecipata per chi desidera mantenersi in forma con un programma completo di ginnastica posturale, stretching e tecniche di rilassamento sotto la guida di istruttori qualificati.

A Sala Baganza le lezioni inizieranno giovedì 8 ottobre nella Palestra Zeus Fitness Center (Via Provinciale, 4) con cadenza bisettimanale, dal martedì al venerdì, in fasce orarie pomeridiane. Un corso completo prevede 60 ore di ginnastica ad un costo di 170 euro, rateizzabili in due quote da 85 euro: la prima da versare all'inizio dell'attività motoria per le prime 30 ore, la seconda all'inizio delle successive 30. Per conoscere i giorni e gli orari delle lezioni, ricevere ulteriori informazioni e iscriversi, occorre contattare lo Sportello Sociale di Sala Baganza (Via del Mulino, 1) telefonando allo 0521 331350. In alternativa si può contattare direttamente Zeus Fitness Center allo 0521 575751.

Martedì 13 ottobre, invece, inizieranno i corsi a Collecchio, organizzati dal Galaxy Volley - Collecchio, che si svolgeranno al Palasport "L. Leoni" (Via Don Minzoni, 14). Le sessioni di allenamento si terranno nelle mattinate di martedì e giovedì per un totale di 59 lezioni da un'ora ciascuna, suddivise in tre differenti fasce orarie. Il costo complessivo di ogni corso è pari a 150 euro, comprensivo di 140 euro per la frequenza e 10 euro per il tesseramento. Per iscriversi occorre rivolgersi direttamente alla segreteria del palazzetto, aperta dal lunedì al venerdì, dalle 15 alle 19.

Vuoi navigare [senza pubblicità](#) ? Scopri come fare

© Riproduzione riservata