



FUNCTIONAL ACADEMY

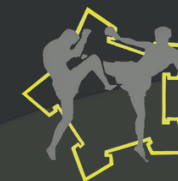
PARMA A.S.D.

Strada dei mercati 10, PARMA
functionalacademyparma@gmail.com



Tel. 338 646 3443

 **FUNCTIONAL**
ACADEMY



FUNCTIONAL TRAINING

WTA METHOD

Personal Training

Open Gym

Group Training

Hybrid Training

COMBAT SPORT

Kickboxing

Ju-Jitsu

Boxe

Muay Thai

Brazilian
Jiu Jitsu

SALA FUNCTIONAL

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
8.00 - 10.30	- OPEN - PERSONAL TRAINING	WTA FUNCTIONAL 7.00 - 8.00	- OPEN - PERSONAL TRAINING	WTA FUNCTIONAL 7.00 - 8.00	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING
10.30 - 11.30	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	WTA FUNCTIONAL TRAINING
11.30 - 13.00	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	HYBRID STRENGTH
13.00 - 14.00	WTA FUNCTIONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	WTA FUNCTIONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	WTA FUNCTIONAL TRAINING	
14.00 - 17.00	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	- OPEN - PERSONAL TRAINING	
17.00 - 18.00	- OPEN - PERSONAL TRAINING	MOBILITY & POSTURAL	- OPEN - PERSONAL TRAINING	MOBILITY & POSTURAL	- OPEN - PERSONAL TRAINING	
18.00 - 19.00	WTA FUNCTIONAL TRAINING	HYBRID TRAINING	WTA FUNCTIONAL TRAINING	WTA FUNCTIONAL TRAINING	HYBRID TRAINING	
19.00 - 20.00		WTA FUNCTIONAL TRAINING		WTA FUNCTIONAL TRAINING	WTA FUNCTIONAL TRAINING	
19.00 - 20.30	WTA FUNCTIONAL STRENGTH		WTA FUNCTIONAL STRENGTH			
20.00 - 21.00		WTA FUNCTIONAL TRAINING		WTA FUNCTIONAL TRAINING		

PALINSESTO FIGHT

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
13.00 - 14.00		KICKBOXING		KICKBOXING		MUAY THAI SPARRING 10.30 - 12.00
17.00 - 18.00	BRAZILIAN JIU JITSU 17.00-18.30	KICKBOXING KIDS	BRAZILIAN JIU JITSU 17.00-18.30	KICKBOXING KIDS	BRAZILIAN JIU JITSU 17.00-18.30	KICKBOXING + SPARRING 14.30 - 16.30
18.00 - 19.00		KICKBOXING CADETTI		KICKBOXING CADETTI		BJJ SPARRING 16.30 - 17.30
18.30 - 19.30	BOXE CADETTI		BOXE CADETTI		BOXE CADETTI	
19.30 - 20.30	BOXE		BOXE		BOXE	
19.00 - 20.30		KICKBOXING		KICKBOXING		
20.30 - 22.00	JU-JITSU	MUAY THAI BEGINNER	JU-JITSU	MUAY THAI BEGINNER	JU-JITSU	
20.30 -22.00	MUAY THAI		MUAY THAI		MUAY THAI	

FUNCTIONAL anno sportivo 2026-2027

CERTIFICATO MEDICO IN CORSO DI VALIDITÀ OBBLIGATORIO (anche per PROVA)
QUOTA ANNUALE ASSOCIATIVA OBBLIGATORIA (valida dal 1 settembre 2026 al 31 agosto 2027):
35€

ABBONAMENTO 3 INGRESSI A SETTIMANA:

1 MESE: 85€
3 MESI: 215€
6 MESI: 360€
12 MESI: 620€

SMALL CLASS (max 3 persone):

10 LEZIONI: 325€

2 INGRESSI A SETTIMANA:

3 MESI: 690€
6 MESI: 1280€
12 MESI: 2160€

ABBONAMENTO 6 INGRESSI A SETTIMANA:

1 MESE: 100€
3 MESI: 250€
6 MESI: 430€
12 MESI: 780€

3 INGRESSI A SETTIMANA:

3 MESI: 790€
6 MESI: 1480€
12 MESI: 2460€

ABBONAMENTO MONOSETTIMANALE:

1 MESE: 55€
3 MESI: 125€
6 MESI: 220€
12 MESI: 350€

PERSONAL TRAINING (One to One):

1 LEZIONE: 60€
10 LEZIONI: 500€

10 INGRESSI: 120€
1 INGRESSO: 15€

FIGHT anno sportivo 2026-2027

CERTIFICATO MEDICO IN CORSO DI VALIDITÀ OBBLIGATORIO (anche per PROVA)
QUOTA ANNUALE ASSOCIATIVA OBBLIGATORIA (valida dal 1 settembre 2026 al 31 agosto 2027):
KICKBOXING e BRAZILIAN JIU JITSU: 50€
BOXE e MUAY THAI: 35€
JU-JITSU: 30€

KICKBOXING, BOXE, MUAY THAI, JU-JITSU: e BRAZILIAN JIU JITSU:

1 MESE: 85€
3 MESI: 215€
6 MESI: 360€
12 MESI: 620€

ABBONAMENTO MONOSETTIMANALE:

1 MESE: 55€
3 MESI: 125€
6 MESI: 220€
12 MESI: 350€

KICKBOXING KIDS:

1 MESE: euro 60
MONOSETTIMANALE: euro 40

10 INGRESSI: 120€