

HORÁRIO DE AULAS DE GRUPO



Início	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
06:45		cycling E2 45'		cycling E2 45'			
07:00	V-Power E1 45'	V-Boxing E3 30'	V-Power E1 45'		Fit Moves E1 30'		
07:00					RUN CLUB P.D.Nações OUT 60'		
07:30					V-Boxing E1 30'		
09:30							Fit Moves E1 45'
09:45						V-Burn E1 30'	
10:00		Pilates E1 45'			Pilates E1 45'		
10:30	Fit Moves E1 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	V-Yoga E1 45'	Virtual Cycling E2 45'	Cycling E2 45'	Cycling E2 45'
10:30	Virtual cycling E2 45'		Fit Moves E1 45'	Virtual cycling E2 45'			
11:30						V-Yoga E1 45'	
13:00	V-Power E1 45'	Virtual Cycling E2 45'	Pilates E1 45'	V-Power E1 45'	V-Metcon BOX 30'		
13:00	Virtual cycling E2 45'	Fit Moves E1 45'		Virtual cycling E2 45'			
13:15			cycling E2 30'				
17:30	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'
17:45	V-Boxing E3 30'				V-Burn E1 30'		
18:00				Dance E1 45'			
18:15		RUN CLUB P.D.Nações OUT 60'					
18:30	V-Fight E1 45'	cycling E2 45'			Pilates E1 45'		
18:30		Zumba E1 45'					
18:45	cycling E2 45'	V-Metcon BOX 30'	V-Power E1 45'		Cycling E2 45'		
18:45			cycling E2 45'				
19:00				V-Yoga E1 45'			
19:30	V-Power E1 45'	cycling E2 45'					
19:30		V-Power E1 45'					
19:40			V-Fight E1 30'		V-Power E1 45'		
19:45	cycling E2 45'			cycling E2 45'			
20:00	ABS SOF 15'						
20:30	V-Yoga E1 45'		V-Yoga E1 45'				