

HORÁRIO DE AULAS DE GRUPO



Início	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
06:30			Fit Moves E1 30'	cycling E2 45'			
06:45	cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'		Virtual Cycling E2 45'		
06:45		GAP E1 30'			Pilates E1 45'		
07:15			Stretching E1 30'				
07:30		Pilates E1 45'		GAP E1 30'			
07:45	Fit Moves E1 30'				Virtual cycling E2 45'		
08:15			Virtual cycling E2 45'				
08:30	Virtual cycling E2 45'			Virtual cycling E2 45'			
09:00		Virtual cycling E2 45'				Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'
09:30	Virtual cycling E2 45'		Virtual cycling E2 45'		Virtual Cycling E2 45'		
10:00	V-Cross SOF 30'	Pilates E1 45'		Pilates E1 45'			
10:15						GAP E1 30'	
10:30	Pilates E1 45'		Fit Moves E1 45'		Fit Moves E1 30'		Virtual cycling E2 45'
11:00		Virtual cycling E2 45'		Virtual cycling E2 45'		Cycling E2 45'	
11:00						Dance E1 45'	
11:15	Virtual cycling E2 45'				V-Yoga E1 45'		
12:00						V-Power E1 45'	
12:15	V-Power E1 45'	GAP E1 45'	Virtual Cycling E2 45'	Cycling E2 45'	Cycling E2 30'		
12:30			V-Power E1 30'				
13:00	cycling E2 45'	cycling E2 45'			V-Metcon BOX 30'		
13:15		V-Cross SOF 30'	V-Mind E1 30'	GAP E1 30'		Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'
13:15				V-Cross SOF 30'			
14:00						ABS SOF 15'	ABS SOF 15'
16:00	Virtual cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	ABS SOF 15'	ABS SOF 15'
16:15						Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'
17:15	Virtual cycling E2 30'	Virtual cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual cycling E2 30'		Virtual cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'
17:30	Stretching E1 30'			Stretching E1 30'			
18:00					cycling E2 45'		
18:15	cycling E2 45'	Cycling E2 45'	Pilates E1 45'	Dance E1 45'	GAP E1 30'		
18:15	V-Fight E1 45'	V-Power E1 45'	Virtual cycling E2 45'	V-Cross SOF 30'			
18:15				Virtual cycling E2 45'			
19:00				V-Metcon BOX 30'	Dance SOF 45'		
19:00					V-Power E1 45'		
19:15	V-Power E1 45'	cycling E2 45'	Dance SOF 45'	Fit Moves E1 45'		Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'
19:15	V-Metcon BOX 30'	V-Metcon BOX 30'	Fit Moves E1 45'				
19:15		Pilates E1 45'					
20:00	V-Cross SOF 30'	V-Cross SOF 30'	cycling E2 45'		Pilates E1 45'		
20:00	cycling E2 45'						
20:15			V-Yoga E1 45'				
21:00		Virtual Cycling E2 45'		Virtual cycling E2 45'			