

HORÁRIO DE AULAS DE GRUPO



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