

# HORÁRIO DE AULAS DE GRUPO



| Início | Segunda                | Terça                  | Quarta                 | Quinta                 | Sexta                  | Sábado                 | Domingo                |
|--------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|
| 07:00  |                        | V-Power E1 45'         | GAP E1 45'             | cycling E2 45'         | V-Boxing E1 45'        |                        |                        |
| 08:15  | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' |                        |                        |
| 09:15  | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' |                        |                        |
| 10:00  |                        |                        |                        |                        |                        | V-Power E1 45'         | Cycling E2 45'         |
| 10:15  | Fit Moves E1 45'       | V-Mind E1 45'          | V-Power E1 45'         | Pilates E1 45'         | V-Mind E1 45'          |                        |                        |
| 10:30  |                        |                        |                        |                        |                        | cycling E2 45'         |                        |
| 11:00  | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | GAP E1 30'             |                        |
| 11:15  |                        | ABS E3 15'             | ABS E3 15'             | ABS BOX 15'            | ABS BOX 15'            |                        | ABS E3 15'             |
| 11:45  |                        |                        |                        |                        |                        |                        | V-Yoga E1 45'          |
| 12:00  | Virtual cycling E2 30' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 30' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | ABS BOX 15'            | ABS E3 15'             |
| 13:00  | cycling E2 45'         | V-Power E1 45'         | cycling E2 45'         | V-Cross BOX 30'        | V-Boxing E1 30'        |                        | Virtual cycling E2 45' |
| 13:30  |                        |                        |                        | V-Metcon BOX 30'       |                        |                        |                        |
| 14:00  | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' |                        | Virtual cycling E2 30' |
| 15:00  | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' |                        |                        |
| 16:00  | Virtual cycling E2 30' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' |                        |                        |
| 17:00  | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E1 45' |                        |
| 17:15  |                        | V-Boxing E1 30'        | V-Power E1 30'         |                        | V-Burn E1 30'          |                        |                        |
| 18:00  | GAP E1 45'             | cycling E2 45'         | V-Fight E1 45'         | Pilates E1 45'         | V-Power E1 45'         | Virtual cycling E2 45' |                        |
| 18:00  |                        | V-Power E1 45'         | V-Cross BOX 45'        |                        |                        |                        |                        |
| 18:00  |                        | V-Cross BOX 30'        |                        |                        |                        |                        |                        |
| 18:15  | cycling E2 45'         |                        | cycling E2 45'         | Virtual cycling E2 45' | cycling E2 45'         |                        |                        |
| 18:30  |                        | V-Metcon BOX 30'       |                        |                        |                        |                        |                        |
| 19:00  | Fit Moves E1 45'       | Pilates E1 45'         | V-Burn E1 45'          | V-Power E1 45'         | V-Fight E1 45'         |                        |                        |
| 19:00  |                        | cycling E2 45'         |                        |                        |                        |                        |                        |
| 19:30  | Virtual cycling E2 45' |                        | Virtual cycling E2 45' | cycling E2 45'         | Virtual cycling E2 45' |                        |                        |
| 20:00  | V-Yoga E1 45'          | Zumba E1 45'           | V-Mind E1 45'          | Zumba E1 45'           |                        |                        |                        |
| 20:00  | ABS SOF 15'            | ABS SOF 15'            |                        |                        |                        |                        |                        |
| 20:30  | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' | Virtual cycling E2 45' |                        |                        |