

HORÁRIO DE AULAS DE GRUPO



Início	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:00					RUN CLUB P.D.Nações OUT 60'		
07:15	cycling E2 45'	V-Power E1 45'	V-Metcon BOX 30'	V-Burn E1 45'	Pilates E1 45'		
08:00	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	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'
10:00	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Pilates E1 45'	Virtual cycling E2 45'	V-Power E1 45'	Virtual cycling E2 45'
10:00						Virtual cycling E2 45'	
10:45							Zumba E1 45'
11:00	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'
11:30	Pilates E1 45'						
11:45							GAP E1 45'
12:45	V-Power E1 30'	V-Cross BOX 30'	Cycling E2 30'	V-Metcon BOX 30'	GAP E1 30'		
14:00	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'		
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 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'	Virtual cycling E2 45'
17:30					GAP E1 30'		
18:00	V-Cross BOX 45'	Pilates E1 45'					
18:15	Zumba E1 45'	RUN CLUB P.D.Nações OUT 60'	Virtual cycling E2 45'	cycling E2 30'		Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'
18:30	cycling E2 45'					Zumba E1 45'	
19:00		V-Burn E1 30'		Pilates E1 45'			
19:15			V-Metcon BOX 30'			Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'
19:30	V-Power E1 45'	Virtual cycling E2 45'	V-Burn E1 45'				
20:00		V-Power E1 45'	cycling E2 45'	GAP E1 45'			
20:30	Pilates E1 45'	Virtual cycling E2 45'		Virtual cycling E2 45'	Virtual cycling E2 45'		