

HORÁRIO DE AULAS DE GRUPO



Início	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15		cycling E2 45'		cycling E2 45'			
08:00	ABS SOF 15'	ABS SOF 15'	ABS SOF 15'	ABS SOF 15'	ABS SOF 15'		
08:30				Pilates E1 45'			
09:00		Pilates E1 45'					
09:30	Fit Moves E2 30'					Cycling E2 45'	
09:45				V-Power E1 45'			
10:00		V-Power E1 45'				Pilates E1 45'	
10:30	Pilates E1 45'		Pilates E1 45'		Pilates E1 45'		
11:00	ABS SOF 15'	ABS SOF 15'	ABS SOF 15'	ABS SOF 15'	ABS SOF 15'	GAP E1 45'	
11:30					Stretching E1 45'		
12:45		Pilates E1 45'					
17:30	Pilates E1 45'	Pilates E1 45'	GAP E1 45'	Pilates E1 45'	GAP E1 45'		
18:30	GAP E1 45'		Pilates E1 45'	V-Cross E1 45'	Pilates E1 45'		
19:15	V-Power E1 45'			cycling E2 45'	V-Power E1 45'		