

HORÁRIO DE AULAS DE GRUPO



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