

2.ª feira

3.ª feira

4.ª feira

5.ª feira

6.ª feira

Sábado

7H15 (45') BODY TONIC	7H15 (45') HIDRO PUMP	7H15 (45') SPINNING	7H15 (45') HIDRO PILATES	7H15 (45') BODY TONIC	
8H30 (60') YOGA	8H30 (60') 8H15 (45') PILATES HIDRO	8H30 (60') MOBILITY	8H30 (60') 8H15 (45') PILATES HIDRO	8H30 (60') YOGA	
09H00 (45') HIDRO		09H00 (45') HIDRO		09H00 (45') HIDRO	
9H45 (45') GLUTONIC	9H45 (60') BODY TONIC	9H45 (60') STRETCHING	9H45 (60') BODY TONIC	09H45 (45') ZUMBA	9H15 (60') PILATES
10H30 (45') HIDRO	10H30 (45') HIDRO	10H30 (45') HIDRO	10H30 (45') HIDRO	10H30 (45') HIDRO	10H30 (60') PILATES
	12H45 (45') HIDRO		12H45 (45') HIDRO		
13H00 (60') PUMP	13H00 (45') PILATES	13H00 (45') BODY TONIC	13H00 (45') SPINNING	13H00 (45') GLUTONIC	
15H45 (45') HIDRO			15H45 (45') HIDRO		
16H30 (45') HIDRO			16H30 (45') HIDRO		
		17H30 (45') GLUTONIC			
			18H00 (60') BOXE		
18H30 (60') 18H30 (45') 18H30 (60') PILATES SPINNING MOBILITY	18H30 (60') BODY TONIC ATTACK	18H30 (45') 18H30 (60') HIPOPRESSIVOS SPINNING PILATES	18H30 (60') BODY TONIC	18H30 (60') PUMP	18H30 (60') SPINNING
			19H00 (30') X-JUMP	18H45 (60') MOBILITY	
19H30 (45') 19H30 (60') GLUTONIC BOXE	19H30 (60') 19H30 (45') STRETCHING SPINNING HIDRO	19H30 (60') PUMP	19H30 (60') 19H30 (45') 19H30 (45') PILATES SPINNING HIDRO	19H30 (45') COMBAT SPINNING	
	19H45 (30') STAMYNA				
20H30 (60') 20H30 (45') PUMP HIDRO	20H30 (60') PILATES	20H30 (60') 20H30 (45') STEP TONIC HIDRO SPINNING	20H30 (60') STRETCHING	20H30 (60') BODY TONIC	

CARDIO
 CORPO & MENTE
 HIDROGINÁSTICA
 TONIFICAÇÃO

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO
2.ª A 6.ª FEIRA - 07H00 - 22H00

SÁBADO - 09H00 - 13H00 | 16H00 - 20H00

Encerra Domingos e Feriados