












Mapa de Aulas

Pilates

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
08:45H						
09:30H	 45'		 45'			 45'
10:15H						 45'
11:15H			 45'		 45'	
13:00H	 45'			 45'		
17:45H			 45'			
18:00H	 45'	 45'				
18:30H			 45'			
18:45H		 45'		 45'		
19:30H		 45'		 45'		

Fitness

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
08:45H	 45'	 45'	 45'		 45'	
09:00H				 45'		
09:30H						
11:15H						HIIT 45'
12:45H						
13:00H		 45'			Treino Livre 45'	
18:00H					 60'	
18:45H	L'Up 30'					
19:15H	 45'		 45'			