

## Horário das aulas

Aulas de Grupo					
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
Cycling 8:00   E1	Local 8:00   E1	Funcional 8:00   E1	Cycling 8:00   E1	TRX 8:00   E1	Pilates Clínico 10:00   E2
Local 9:00   E1	Pilates 10:00   E2		Pilates 9:00   E2		Local 10:00   E1
Cycling 10:00   E1	G.A.P. 10:00   E1	Jump 10:00   E1	G.A.P. 10:00   E1	Pilates 10:00   E2	
Yoga 10:00   E2	TRX 11:00   E1	Cycling 11:00   E1	Step/Aeróbica 11:00   E1	Cycling 11:00   E1	Cycling 11:00   E1
Funcional 11:00   E1	Funcional 13:00   E1	Cycling 13:00   E1	Circuito Training 13:00   E1	Pilates 13:00   E2	TRX 12:00   E1
Cycling 13:00   E1	Local 15:30   E1			Local 15:30   E1	Local 15:30   E1
Circuito Training 16:30   E1	Core Training 30' 17:00   E1	Funcional 17:00   E1	Core Training 30' 17:00   E1	Funcional 16:30   E1	Cycling 16:30   E1
G.A.P. 17:30   E1	TRX 17:30   E1		TRX 17:30   E1	Jump 17:30   E1	
Local 18:00   E2	Zumba 18:00   E2	TRX/ Hiit 18:00   E1	Zumba 18:00   E2		
Cycling 18:30   E1	G.A.P. 18:30   E1	Pilates 18:30   E2	Cycling 18:30   E1	G.A.P. 18:30   E1	
Pilates Clínico 19:00   E2	Xco Workout 19:00   E2	Jump 19:00   E1	Dance Workout 19:00   E2	Yoga 19:00   E2	
Jump 19:30   E1	Cycling 19:30   E1	S. Tonic 19:30   E2	Funcional 19:30   E1	Cycling 19:30   E1	
Zumba 20:00   E2	Pilates 20:00   E2	Kickboxing /Muay thai 20:00   E1	G.A.P. 20:00   E2	Aerolocal 20:00   E2	
Kickboxing /Muay thai 20:30   E1	Core Training 30' 20:30   E1	Step Fusion 20:30   E2	Cycling 20:30   E1	Core Training 30' 20:30   E1	
	Danças Latinas 21:00   E2		Danças Latinas 21:00   E2		