

AULAS DE GRUPO

VALIDO A PARTIR DE 1 DE JANEIRO



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO	DOMINGO	
7H00		7H10 CYCLING	7H15 TRX	7H10 CYCLING				
9H00	9H45 HIT		9H45 POUND	9H45 BODY ATTACK	9H45 BODYPUMP	9H30 CYCLING		
10H00	10H30 SHBAM	10H00 100%BUNDA	10H30 CYCLING	10H30 B BALANCE	10H30 ZUMBA	10H30 LOCALIZADA	10H30 BODY PUMP	
		10H45 100%CORE						
11H00			12H15 B. BALANCE			YOGA 11H30	11H30 CYCLING	11H20 ZUMBA
13H00	13H00 CYCLING	13H00 LOCALIZADA	13H00 POWERJUMP	13H00 BODY PUMP	13H00 PILATES			
17H00	17H15 PILATES	17H30 100%CORE	17H30 BODY ATTACK	17H15 GAP	17H30 B BALANCE	17H30 PILATES		
18H00	18H15 LOCALIZADA	18H15 B BALANCE	18H15 100%BUNDA	18H30 100%CORE	18H15 BODY PUMP			
		18H30 ZUMBA		18H30 SHBAM				
19H00	19H00 CYCLING	19H20 BODY PUMP	19H00 CYCLING	19H10 100%BUNDA	19H00 BODY COMBAT			
	18H45 STEP	19H30 AFRO HOUSE	19H5 YOGA	19H15 TRX	19H45 BODY ATTACK			
	19H10 TRX	19H30 CYCLING	19H15 POWER JUMP	19H45 POUND				
	19H45 POWER JUMP			19H45 CYCLING	19H45 CYCLING			
20H00	20H35 PILATES	20H15 BODY COMBAT	20H00 TRX	20H00 FIGHT CLUB	20H40 ALONGAMENTOS			
		20H30 100%BUNDA	20H30 BODY PUMP	20H30 B BALANCE				

BOM
ANO
2019