

MAPA AULAS

MODALIDADES FITNESS

AZURÉM



DIA/ HORA	SEG	TER	QUA	QUIN	SEX	SAB
10H00						CYCLING 45' G1
11H00		PILATES 45' G2		PILATES 45' G2		
12H45	CYCLING 45' G1	LOCALIZADA 45' G2	PILATES 45' G2	CYCLING 45' G1	YOGA 45' G2	
	KICKBOXING 45' G2			KICKBOXING 45' G2		
18H30	AULA HIBRIDA 60' N	CYCLING 45' G1	AULA HIBRIDA 60' N	CYCLING 45' G1	CYCLING 45' G1	
		YOGA 45' G2		YOGA 45' G2		
19H15		DUMBBELS 45' G2		ABS 30' G2		
19H30	PILATES 45' G2		PILATES 45' G2			

MODALIDADES FITNESS

N - Nave

G1 - Ginásio 1; G2 - Ginásio 2;