

**AULAS  
GRUPO**



**ALHOS VEDROS**



## **SEGUNDA FEIRA**

**17:30** - ABS 15´

**19:15** - LOCALIZADA 45´

## **TERÇA FEIRA**

**17:30** - ALONGAMENTO 15´

**18:30** - PILATES 45´

## **QUARTA FEIRA**

**17:30** - QUEIMA 15´

**19:15** - GAP 30´

# **AULAS DE GRUPO**

## **QUINTA FEIRA**

**17:30** - ABS 15´

**19:15** - QUEIMA 30´

## **SEXTA FEIRA**

**17:30** - QUEIMA 15´

**18:30** - LOCALIZADA 45´

**19:20** - PILATES 45´

*\*O HORÁRIO PODERÁ ESTAR SUJEITO A ALTERAÇÕES*

*Marque sempre a sua aula na APP Sports Go*