



* ALHOS VEDROS *

HORÁRIO DE VERÃO

SEGUNDA FEIRA

07:15 - QUEIMA 30'
10:00 - PILATES 45'
10:40 - ABS 15'
19:15 - QUEIMA 30'
20:00 - PILATES 45'

TERÇA FEIRA

10:00 - DEFINIÇÃO TOTAL 30'
10:40 - ABS 15'
18:30 - GAP 30'
19:15 - DEFINIÇÃO TOTAL 30'
20:00 - QUEIMA 30'

QUARTA FEIRA

07:15 - GAP 30'
10:00 - PILATES 45'
18:30 - HIIT 15'
19:15 - GAP 30'
20:00 - DEFINIÇÃO TOTAL 30'

AULAS DE GRUPO

QUINTA FEIRA

10:30 - ABS 15'
18:30 - PILATES 45'
19:30 - QUEIMA 30'
20:00 - ABS 15'

SEXTA FEIRA

07:15 - DEFINIÇÃO TOTAL 30'
10:00 - GAP 30'
18:30 - PUMP 30'
19:15 - PILATES

SÁBADO

10:00 - DEFINIÇÃO TOTAL 30'

*O HORÁRIO PODERÁ ESTAR SUJEITO A ALTERAÇÕES
Marque sempre a sua aula na APP Sports Go