

# HORÁRIO DAS AULAS

HORÁRIO MANHA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
06:30	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL
07:30	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL
08:30	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL
08:30	<b>BIKE</b>	<b>GAP</b>	<b>BIKE</b>	<b>GAP</b>	<b>BIKE</b>
09:00	<b>ZUMBA</b>	-	<b>ZUMBA</b>	-	<b>ZUMBA</b>
09:30	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL
09:30	-	<b>MAT PILATES</b>	-	<b>MAT PILATES</b>	-
10:00	<b>RITMOS</b>		<b>RITMOS</b>		<b>RITMOS</b>
10:30	TREIN. FUNCIONAL	ALONGAMENTO	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL
TARDE/NOITE	-	-	-	-	-
17:00	-	TREIN. FUNCIONAL	-	TREIN. FUNCIONAL	-
18:00	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL	TREIN. FUNCIONAL
18:30	<b>LOCAL</b>	<b>RITMOS</b>	<b>LOCAL</b>	<b>RITMOS</b>	<b>LOCAL</b>
19:00	TREIN. FUNCIONAL	ABDOMINAL	TREIN. FUNCIONAL	ABDOMINAL	TREIN. FUNCIONAL
19:30	<b>BIKE</b>	<b>BIKE</b>	<b>BIKE</b>	<b>BIKE</b>	<b>BIKE</b>
19:30	<b>ZUMBA</b>	<b>JUMP</b>	<b>ZUMBA</b>	<b>JUMP</b>	<b>ZUMBA</b>
20:00	TREIN. FUNCIONAL	MUAY THAI MISTO	TREIN. FUNCIONAL	MUAY THAI MISTO	TREIN. FUNCIONAL
20:30	-	<b>ZUMBA</b>	-	-	-

- **SALA 1 - BIKE**
- **SALA 2 - GINÁSTICA**
- **SALA 3 - TREIN. FUNCIONAL**