

HORÁRIO

AULAS GINÁSIO

ÉPOCA 2020-2021

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

SÁBADO

08:00-08:30
CARDIO POWER

08:00-08:30
CARDIO POWER

08:00-08:40
PILATES

08:45-09:25
PILATES

08:30-09:10
CIRCUITO

08:45-09:25
PILATES

08:30-09:10
CIRCUITO

09:20-10:00
LOCALIZADA

09:20-10:00
LOCALIZADA

PARKOUR
09:30-10:30
10:30-11:30

10:30-11:10
GINÁSTICA SÉNIOR

10:30-11:10
GINÁSTICA SÉNIOR

11:45-12:25
IOGA

12:30-13:10
IOGA

12:30-13:10
IOGA

12:40-13:20
ZUMBA

13:00-13:40
ZUMBA

13:00-13:40
ZUMBA

16:30-17:10
GINÁSTICA SÉNIOR

16:30-17:10
GINÁSTICA SÉNIOR

DOMINGO

17:50-18:30
IOGA

17:40-18:20
GINÁSTICA INFANTIL G3

17:30-18:10
PILATES

17:50-18:30
PILATES

17:40-18:20
GINÁSTICA INFANTIL G3

17:30-18:10
PILATES

17:30-18:10
MIND & BODY

18:45-19:25
ZUMBA

18:35-19:15
GINÁSTICA INFANTIL G3

18:30-19:10
LOCALIZADA

18:30-19:10
PILATES G3

18:45-19:25
ZUMBA

18:35-19:15
GINÁSTICA INFANTIL G3

18:30-19:10
GAP

18:30-19:10
CROSS FORCE

Ginástica bebês
10:00-10:30
6-18 MESES
10:45-11:15
18-28 MESES

18:50-19:30
CROSS FORCE

19:40-20:20
STEP LOCAL

19:30-20:10
IOGA

19:40-20:20
STEP LOCAL

19:30-20:10
IOGA

19:30-20:10
ZUMBA

20:30-21:30
AIKIDO

20:30-21:30
AIKIDO