

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

10:30-11:10
GINÁSTICA SÉNIOR

11:45-12:25
IOGA

12:30-13:10
IOGA

12:30-13:10
IOGA

13:00-13:40
ZUMBA

13:00-13:40
ZUMBA

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

DOMINGO

18:45-19:25
ZUMBA

18:35-19:15
GINÁSTICA
INFANTIL
G3

18:30-19:10
LOCALI-
ZADA

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
para
bebés

10:00-10:30

6-18 MESES

10:45-11:15

18-28 MESES

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

