

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
	07H30 <b>CROSS FIT 30'</b>	07H30 <b>HIIT 30'</b>	07H30 <b>ABS 25'</b>	07H30 <b>FUNCIONAL CORE 30'</b>		
10H00 <b>PILATES</b>					10H00 <b>CYCLING</b>	
10H30 <b>TRX 30'</b>		10H30 <b>CROSS FIT 30'</b>	10H30 <b>ABS 25'</b>		10H30 <b>ABS 20'</b>	10H30 <b>CROSS FIT 30'</b>
					11H00 <b>YOGA</b>	
					11H00 <b>ABS 20'</b>	
12H45 <b>POWER CARDIO</b>	12H45 <b>CROSS FIT 30'</b>	12H45 <b>TOTAL CONDICIONAMENTO</b>	12H45 <b>CYCLING</b>	12H45 <b>PILATES</b>		
15H00 <b>ABS 25'</b>		15H00 <b>HIIT 30'</b>	15H00 <b>TRX</b>			
18H30 <b>UBOUND</b>			18H30 <b>POWER</b>			
	19H00 <b>PILATES</b>	18H45 <b>HIIT</b>		18H30 <b>GAP</b>		
19H30 <b>TOTAL CONDICIONAMENTO</b>	19H45 <b>CYCLING</b>	19H30 <b>FUNCIONAL CORE</b>	19H30 <b>KIMAX</b>			
19H45 <b>CYCLING</b>			19H30 <b>CYCLING</b>			
20H30 <b>PILATES</b>	20H30 <b>MEGA ZUMBA</b>	20H30 <b>POWER</b>	20H30 <b>YOGA</b>			

**ESTUDIO 1**

**ESTUDIO 2**

**BOX**



@lux.health.club

facebook.com/LuxHC

924 353 563

geral@luxhealthclub.com  
www.luxhealthclub.com