

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
	07H30 <b>TOTAL CONDICIONAMENTO 20'</b>	07H30 <b>HIIT 30'</b>	07H30 <b>ABS 15'</b>			10H30 <b>CIRCUIT TRAINING 30'</b>
10H00 <b>PILATES</b>					10H00 <b>CYCLING</b>	
	10H00 <b>GAP 30'</b>	10H30 <b>CROSS F</b>			11H00 <b>YOGA</b>	
					11H00 <b>ABS 15'</b>	
12H45 <b>POWER CARDIO</b>	12H45 <b>FAT BURNER</b>	12H45 <b>TOTAL CONDICIONAMENTO</b>	12H45 <b>CYCLING</b>	12H45 <b>PILATES</b>		
15H00 <b>ABS 15'</b>		15H00 <b>HIIT 30'</b>	15H30 <b>CIRCUITO 20'</b>			
18H30 <b>UBOUND</b>	18H30 <b>BUMBUM BRASIL</b>	18H45 <b>HIIT</b>	18H30 <b>POWER</b>	18H30 <b>GAP</b>		
19H30 <b>CARDIO STEP</b>	19H00 <b>PILATES</b>	19H30 <b>FUNCIONAL CORE</b>	19H30 <b>KIMAX</b>			
20H30 <b>PILATES</b>	19H45 <b>CYCLING</b>	19H45 <b>CYCLING</b>	19H45 <b>CYCLING</b>			
	20H00 <b>MEGAZUMBA</b>		20H30 <b>YOGA</b>			

ESTUDIO 1

ESTUDIO 2

BOX