

AULAS DE GRUPO

SÃO JOÃO DA MADEIRA



| SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | SÁBADO | DOMINGO |
|------------|------------|--------------------------|------------|-----------------------|------------|-----------|
| 07h30 | 07h30 | 07h30 | 07h30 | 07h30 | | |
| TCV | LOCALIZADA | ABS | CIRCUITO | CROSS | | |
| 08h15 | 08h15 | 08h15 | 08h15 | 08h15 | | |
| ABS | CIRCUITO | CROSS | LOCALIZADA | TCV | | |
| 10h00 | 10h00 | 10h00 | 10h00 | 10h00 | 10h00 | 10h00 |
| POWER | CYCLING | TOTAL CONDICIONAMENTO | PILATES | GAP | CYCLING | CROSS FIT |
| 12h45 | 12h45 | 12h45 | 12h45 | 12h45 | 10h00 | 10h00 |
| CYCLING | LOCALIZADA | ZUMBA | CIRCUITO | ABS | OXIGENO | OXIGENO |
| | | | | | 10h00 | |
| | | | | | DANCE KIDS | |
| 15h30 | 15h30 | 15h30 | 15h30 | 15h30 | 15h30 | |
| CIRCUITO | ABS | LOCALIZADA | CROSS | TCV | GAP | |
| 18h30 | 18h30 | 18h30 | 18h30 | 18h30 | | |
| DANCE KIDS | UBOUND | CYCLING | GAP | X55 | | |
| 18h30 | | | | | | |
| POWER | | | | | | |
| 19h00 | 19h30 | 19h30 | 19h30 | 19h30 | | |
| CYCLING | ZUMBA | CROSS FIT | CROSS FIT | TOTAL CONDICIONAMENTO | | |
| 19h30 | | | | | | |
| PILATES | | | | | | |
| 20h00 | | | | | | |
| CROSS FIT | | | | | | |