

# 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
PILATES	CYCLING	PILATES	POWER	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	16h00	
CIRCUITO	ABS	LOCALIZADA	CROSS	TCV	GAP	
18h15	18h30	18h30	18h30	18h00		
DANCE KIDS	UBOUND	CROSS FIT	GAP	DANCE KIDS		
18h45		18h45		18h30		
POWER		POWER		X55		
19h00	19h00	18h45	18h45	19h00		
CYCLING	CYCLING	PILATES	CYCLING	FAT BURNER		
19h30	19h30	19h45	19h30	19h30		
PILATES	ZUMBA	CYCLING	CROSS FIT	TOTAL CONDICIONAMENTO		
20h00						
CROSS FIT						

ESTÚDIO 1

ESTÚDIO 2

ESTÚDIO 3

ESTÚDIO 4

BOX

