



# MAPA DE AULAS

## VIVAGYM ALFRAGIDE NORTE



DATA DE INÍCIO: 02/12

INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00	CYCLING E1 45'	BODYPUMP E2 45'	CYCLING E1 45'	PILATES E2 45'	CYCLING E1 45'		
09:00							CYCLING E1 45'
09:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
10:00						CYCLING E1 45'	BODYPUMP E2 45'
10:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
11:00						BODYPUMP E2 45'	BODYBALANCE E2 45'
11:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
12:15	BODYPUMP E2 45'						
12:30				BODYPUMP E2 45'	HYROXWOD BOX 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'
13:00		POWERWOD E2 30'	CYCLING E1 30'				
13:15	PILATES E2 30'						
13:30						VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'
14:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	
15:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	
16:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	
17:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	
18:15		FIT MOVES E2 45'	HYROXWOD BOX 30'		GAP E2 45'		
18:30	HYROXWOD BOX 30'			POWERWOD E2 30'			
18:30			DANCE MOVES E2 45'	CYCLING E1 45'			
18:45	CYCLING E1 45'	CYCLING E1 45'					
19:15		3B E2 45'		BODYBALANCE E2 45'	CYCLING E1 45'		
19:30			BODYPUMP E2 45'				
19:45	BODYPUMP E2 45'						
20:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
21:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		



- > A VIVAGYM RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORÁRIO POR RAZÕES EXTERNAS.
- > O USO DE TOALHA É OBRIGATÓRIO.
- > NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APOS 5 MINUTOS DO INÍCIO DA AULA.

CARDIO	CORPO E MENTE	FORÇA	FUNCIONAL
CYCLING	DANÇAS	ABS	CYCLING VIRTUAL

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM [WWW.VIVAGYM.PT](http://WWW.VIVAGYM.PT) OU APP