



MAPA DE AULAS

VIVAGYM COIMBRA

INÍCIO 1/12



INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00							
07:15	BODYPUMP E2 45'	3B E2 45'	RPM E1 45'	FIT MOVES E2 30'	BODYATTACK E2 45'		
07:30							
07:45							
08:00	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		
08:15							
08:30							
09:00	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		
09:30							
10:00	ABS	ABS			ABS	ABS	
10:00			3B E2 45'				BODYPUMP E2 45'
10:15				PILATES E2 45'			
10:30		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL	RPM E1 45'	
10:45	YOGA E2 45'						
11:00				ABS			RPM E1 45'
11:00					YOGA E2 45'		
11:15		PILATES E2 45'	FIT MOVES E2 30'				
11:30			CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	BODYPUMP E2 45'	
12:00							
12:30	RPM E1 30'	BODYATTACK E2 30'	BODYPUMP E2 30'	BODYSTEP E2 30'	BODYPUMP E2 30'	YOGA E2 45'	
15:15	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL
16:00	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS
16:15	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL
17:00	ABS	ABS				ABS	
17:15			BODYSTEP E2 45'	ZUMBA E2 45'	BODYSTEP E2 45'		
17:30	BODYSTEP E2 30'						
18:00		ABS				ABS	
18:15				RPM E1 45'			
18:15	BODYPUMP E2 45'		BODYPUMP E2 45'	BODYPUMP E2 45'	BODYATTACK E2 45'		
18:30		RPM E1 30'				CICLO VIRTUAL	
18:30	RPM E1 30'	FIT MOVES					
19:00			RPM E1 30'				
19:15		CYCLING E1 45'	BODYATTACK E2 45'	BODYATTACK E2 45'		CICLO VIRTUAL	
19:15		BODYPUMP E2 45'					
19:30	BODYATTACK E2 45'			RPM E1 30'	YOGA E2 45'		
19:30	RPM E1 45'				RPM E1 45'		
19:45			VIVARUN OUT 45'				
20:15		ZUMBA E2 45'		3B E2 30'			
20:30	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		



- > A VIVAGYM RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORÁRIO POR RAZÕES EXTERNAS.
- > O USO DE TOALHA É OBRIGATÓRIO.
- > NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APÓS 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 OU APP