

MAPA DE AULAS

VIVAGYM AVEIRO



INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00	HBX BOXING E2 45'	3B E2 45'	BODYPUMP E2 45'	RPM E1 45'			
07:15							
07:30	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'		VIRTUAL CYCLING E1 45'		
09:00	VIRTUAL CYCLING E1 45'			VIRTUAL CYCLING E1 45'			
09:15			VIRTUAL CYCLING E1 45'		VIRTUAL CYCLING E1 45'		
09:30					ABS TOS 15'		
10:00	PILATES E2 45'	ZUMBA E2 45'	BODYBALANCE E2 45'	YOGA E2 45'	PILATES E2 45'	PILATES E2 45'	
10:00						RPM E1 45'	
10:15		HYROXWOD BOX 30'					
10:30							CYCLING E1 45'
11:00	3B E2 30'	HBX BOXING E2 45'	POWERWOD TOS 30'	RPM E1 30'	BODYPUMP E2 30'	BODYPUMP E2 45'	
11:00						HYROXWOD BOX 30'	
12:30	ABS TOS 15'		ABS TOS 15'	ABS TOS 15'			
12:30	VIRTUAL CYCLING E1 45'			VIRTUAL CYCLING E1 45'		VIRTUAL CYCLING E1 45'	
12:45	BODYSTEP E2 45'	BODYPUMP E2 45'	HBX BOXING E2 45'	3B E2 45'	HYROXWOD BOX 30'		
13:30		VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'				
15:30		ABS TOS 15'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	ABS TOS 15'	VIRTUAL CYCLING E1 45'		VIRTUAL CYCLING E1 45'
16:30	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'		VIRTUAL CYCLING E1 45'		VIRTUAL CYCLING E1 45'	
16:30	ABS TOS 15'				ABS TOS 15'		
17:00		BODYPUMP E2 45'	3B E2 30'	BODYBALANCE E2 45'			
17:00			VIRTUAL CYCLING E1 45'				
17:30	CYCLING E1 30'		ABS TOS 15'		VIRTUAL CYCLING E1 45'		
17:45			ZUMBA E2 45'			3B E2 30'	
18:00		RPM E1 45'	HYROXWOD BOX 30'	RPM E1 45'	POWERWOD TOS 30'		
18:00		HBX BOXING E2 45'		ZUMBA E2 30'	PILATES E2 45'		
18:15	BODYSTEP E2 45'	ABS TOS 15'					
18:30						HBX BOXING OUT 45'	
18:45			PILATES E2 45'		RPM E1 45'		
18:45	HYROXWOD BOX 30'	POWERWOD TOS 30'	RPM E1 45'	BODYSTEP E2 45'			
19:00		BODYSTEP E2 45'		HYROXWOD BOX 30'	ZUMBA E2 45'		
19:15	BODYPUMP E2 45'						
19:30	RPM E1 45'			VIVA RUN OUT 45'			
19:30	FIT MOVES TOS 30'					VIRTUAL CYCLING E1 45'	
19:45		HYROXWOD BOX 30'	BODYPUMP E2 45'	3B E2 30'			
20:00		BODYBALANCE E2 45'	CYCLING E1 45'		BODYPUMP E2 45'		
20:15	YOGA E2 45'						
20:15	VIVA RUN OUT 45'						
20:30				HBX BOXING E2 45'			
21:00	VIRTUAL CYCLING E1 45'			VIRTUAL CYCLING E1 45'			

FITDRINK

O PODER DE SENTIR COMO
MELHORAR O TEU RENDIMENTO

SEM CALORIAS

3 SABORES
DIFERENTES

SEM AÇÚCARES

DESDE

3,90€

Antes 4,20€

A TUA ÁGUA VITAMINADA

*Promoção válida apenas em alguns dos nossos clubes. Consulta as condições da promoção e os clubes aderentes em nosso blog.

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

CARDIO	CORPO E MENTE	FORÇA	FUNCIONAL
CYCLING	DANÇA	ABS	CYCLING VIRTUAL

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM WWW.VIVAGYM.PT OU APP