



HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

VIVAGYM OLIVAIS



INICIO: 6 de Janeiro

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:15	BODYPUMP	CYCLING	CYCLING	BODYPUMP			
08:30		VIRTUAL CYCLING	3B	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
09:00	PILATES				YOGA		
09:15	POWERWOD			POWERWOD			
10:00	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
10:00	CYCLING	STRETCHING	CYCLING	STRETCHING	BODYPUMP		YOGA
10:15						FIT MOVES	
11:00		FIT MOVES	POWERWOD		FIT MOVES	BODYPUMP	CYCLING
11:00			YOGA		VIRTUAL CYCLING		
11:15						POWERWOD	
11:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING			
12:00						CYCLING	BODYPUMP
12:45	BODYPUMP	CYCLING					
13:00			GAP	BODYPUMP	CYCLING		
13:00				VIRTUAL CYCLING			VIRTUAL CYCLING
13:15	CYCLING	BODYCOMBAT					
13:25							
14:00	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
14:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
15:00						VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
16:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
16:15						BODYPUMP	
17:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING	
17:15						BODYATTACK	
18:00	BODYPUMP	BODYPUMP	ZUMBA	FIT MOVES	CYCLING		
18:00			VIRTUAL CYCLING				
18:15		POWERWOD					
18:15	CYCLING	VIRTUAL CYCLING			CYCLING		
18:45					PILATES	BODYPUMP	
18:45					POWERWOD		
19:00		BODYCOMBAT	BODYATTACK				
19:00			CYCLING				
19:00			POWERWOD				
19:30						BODYCOMBAT	
19:45	3B	CYCLING		GAP			
19:45	POWERWOD			CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
20:00			BODYPUMP				
20:15			VIRTUAL CYCLING				
21:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		

FITDRINK

O PODER DE SENTIR COMO
MELHORAR O TEU RENDIMENTO



SEM CALORIAS



3 SABORES
DIFERENTES



SEM AÇÚCARES



DESDE
3'90€
Antes 4'90€

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 OBRIGATÓRIO.
- > NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APÓS 5 MINUTOS DO INICIO 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