



HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

VIVAGYM PARQUE DAS NAÇÕES



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

FITDRINK

O PODER DE SENTIR COMO
MELHORAR O TEU RENDIMENTO

SEM CALORIAS
 3 SABORES DIFERENTES
 SEM AÇÚCARES

A TUA ÁGUA VITAMINADA

DESDE **3,90€**
Antes 4,90€

*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 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