



MAPA DE AULAS

VIVAGYM LOURES



INICIO: 01/06

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00	BODYPUMP	HBX BOXING	BODYPUMP	CYCLING	HYROXWOD		
07:15		CYCLING					
07:30			HYROXWOD		HBX BOXING		
07:45				ABS			
08:00		ABS	ABS				
08:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
09:00		ABS	ABS	ABS			
09:30	VIRTUAL CYCLING			VIRTUAL CYCLING			VIRTUAL CYCLING
09:45						HYROXWOD	
10:00	BODYBALANCE		BODYBALANCE		PILATES		
10:00		ABS		ABS			
10:15		PILATES					HYROXWOD
10:30				YOGA		CYCLING	
10:45						PILATES	
11:00	VIRTUAL CYCLING						CYCLING
11:30		VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
12:30	CYCLING						VIRTUAL CYCLING
12:45		POWERWOD	PILATES	BODYPUMP			
13:00					POWERWOD	VIRTUAL CYCLING	
13:15	BODYPUMP	HBX BOXING					
13:30		VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	HBX BOXING			VIRTUAL CYCLING
14:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
16:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
17:15							
17:30		POWERWOD		VIRTUAL CYCLING			
17:45					BODYPUMP	VIRTUAL CYCLING	
17:45	HBX BOXING				CYCLING		
18:00		BODYPUMP	PILATES				
18:15			HYROXWOD				
18:30	BODYCOMBAT						
18:45	CYCLING		CYCLING	CYCLING	BODYCOMBAT		
19:00		CYCLING	BODYPUMP			VIRTUAL CYCLING	
19:00							
19:15		HBX BOXING					
19:15		ZUMBA					
19:30	BODYPUMP						
19:45	CYCLING		CYCLING	CYCLING	BODYBALANCE		
20:00			YOGA				
20:15		BODYCOMBAT					
20:30	YOGA				ZUMBA		
21:00							
21:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		

O PODER DE SENTIR COMO
MELHORAR O TEU RENDIMENTO



SEM CALORIAS



3 SABORES
DIFERENTES



SEM AÇÚCARES

FITDRINK

A TUA ÁGUA
VITAMINADA



DESDE
3,90€
Antes
4,70€

*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 HORÁRIO POR RAZÕES EXTERNAS.

> O USO DE TOALHA É OBRIGATORIO.

> NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APÓS 5 MINUTOS DO INÍCIO DA AULA.

CARDIO

CYCLING

CORPO E MENTE

DANÇAS

FORÇA

ABS

FUNCIONAL

CYCLING
VIRTUAL

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