

MAPA DE AULAS

VIVAGYM AVEIRO



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

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 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