



MAPA DE AULAS



VIVAGYM TRINDADE

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

FITDRINK

O PODER DE SENTIR COMO
MELHORAR O TEU RENDIMENTO



SEM CALORIAS



3 SABORES
DIFERENTES



SEM AÇÚCARES



DESDE
3⁹⁰
Antes
4⁹⁰

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 HORÁRIO 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