



HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS



VIVAGYM BARREIRO

INICIO: 1/07/2025

INICIO	SEG	TER	QUA	QUIN	SEX	SÁB	DOM
07:00							
07:15	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'		
08:00	ABS E2 30'	ABS E2 30'	ABS E2 30'	ABS E2 30'			
09:00	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'
09:30	BODYATTACK E1 30'	BODYPUMP E1 30'		GAP E1 30'	ABS E1 30'	GAP E1 30'	ZUMBA E1 45'
10:15	STRETCHING E1 45'		STRETCHING E1 45'		PILATES E1 45'	BODYPUMP E1 45'	PILATES E1 45'
12:00	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'
13:00	BODYPUMP E1 30'	FIT MOVES E1 30'	BODYPUMP E1 30'	GAP E1 30'	HYROXWOD E1 30'		
13:30							
14:00	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	
15:30	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	
17:00	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	
18:00			VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'		
18:15	HYROXWOD E1 30'	HYROXWOD E1 30'	HYROXWOD E1 30'	HYROXWOD E1 30'			
18:30	BODYPUMP E1 30'	PILATES E1 45'	BODYPUMP E1 45'	STRETCHING E1 45'	BODYPUMP E1 45'		
19:00	CYCLING E2 30'	CYCLING E2 30'					
19:30	BODYATTACK E1 45'	ZUMBA E1 45'	BODYATTACK E1 45'	BODYPUMP E1 45'	BODYCOMBAT E1 45'		
20:30		BODYPUMP E1 30'	ZUMBA E1 45'				
21:30	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'		
21:30	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'		
22:30							

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 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