



HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

VIVAGYM AMADORA



DATA DE INÍCIO: 1/07

INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:30		HBX BOXING	BODYPUMP	HYROXWOD			
08:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
09:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
10:15						BODYPUMP	
10:30	PILATES	POWERWOD	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
11:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	PILATES			ZUMBA	
13:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
13:00	BODYPUMP	BODYATTACK	HBX BOXING				
15:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
17:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
17:45	BODYPUMP			ZUMBA	BODYPUMP		
18:15		BODYATTACK	GAP			VIRTUAL CYCLING	
18:30	PILATES			BODYATTACK			
18:30	HBX BOXING	CYCLING	HYROXWOD	CYCLING	POWERWOD		
19:00	CYCLING	HYROXWOD					
19:15	HYROXWOD	BODYPUMP	BODYPUMP		PILATES		
19:15			HBX BOXING				
19:45	ZUMBA						
20:00			ZUMBA				
21:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	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 4,90€

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