



MAPA DE AULAS



VIVAGYM MARQUÊS DE POMBAL

INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00	BODYPUMP	CYCLING	PILATES	HYROXWOD	RPM		
07:45	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
08:00							
09:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	PILATES	HBX
10:00	ABS	YOGA	ABS	ABS	YOGA	CYCLING	BODYPUMP
11:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
12:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING
12:30	GAP	DANCE MOVES	GAP	DANCE MOVES	BODYPUMP		
12:45	CYCLING				CYCLING		
13:00		CYCLING	HYROXWOD	CYCLING	ABS		
13:15	PILATES	ABS	BODYPUMP	PILATES			
13:30	ABS	GAP	ABS	ABS	VIRTUAL CYCLING		
15:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
16:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
17:00	ABS	VIRTUAL CYCLING	ABS	VIRTUAL CYCLING			
17:45	BODYPUMP	DANCE MOVES	PILATES	ABS	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
18:00	ABS	HYROXWOD	CYCLING		PILATES		
18:30		ABS		HYROXWOD	ABS		
18:45	ABS	CYCLING	VIRTUAL CYCLING	DANCE MOVES	VIRTUAL CYCLING		
19:00	CYCLING			ABS			
19:15		ABS	VIRTUAL CYCLING	HBX	BODYPUMP		
19:30	ABS						
20:00	PILATES	VIRTUAL CYCLING	ABS				
20:15		ABS	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
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
4'30"

*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