



MAPA DE AULAS

VIVAGYM AVEIRO



INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00							
07:15							
07:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		
09:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'			VIRTUAL CYCLING E2 45'			
09:15			VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		
09:30					ABS TOS 15'		
10:00		ZUMBA E1 45'	BODYBALANCE E1 45'		PILATES E1 45'	PILATES E1 45'	
10:00							
10:15							
10:30							
11:00	3B E1 45'			RPM E2 30'		BODYPUMP E1 45'	
11:00							
12:30	ABS TOS 15'		ABS TOS 15'	ABS TOS 15'			
12:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'			VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	
12:45		BODYPUMP E1 45'		3B E1 45'			
13:30		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'				
15:30		ABS TOS 15'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	ABS TOS 15'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'
16:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	
16:30	ABS TOS 15'				ABS TOS 15'		
17:00							
17:00			VIRTUAL CYCLING E2 45'				
17:30			ABS TOS 15'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		
17:45			ZUMBA E1 45'	BODYBALANCE E1 45'			
18:00		RPM E2 45'					
18:00		HBX BOXING E1 45'			PILATES E1 45'		
18:15	BODYSTEP E1 45'	ABS TOS 15'					
18:30							
18:45			PILATES E1 45'	BODYSTEP E1 45'	RPM E2 45'		
18:45		POWERWOD TOS 30'	RPM E2 45'				
19:00		BODYSTEP E1 45'		HYBRID WOD BOX 30'	ZUMBA E1 45'		
19:15	BODYPUMP E1 45'						
19:30	RPM E2 45'						
19:30	FIT MOVES TOS 30'					VIRTUAL CYCLING E2 45'	
19:45			BODYPUMP E1 45'	3B E1 45'			
20:00		BODYBALANCE E1 45'			BODYPUMP E1 45'		
20:15							
20:15							
20:30							
21:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'			VIRTUAL CYCLING E2 45'			

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 HORÁRIO 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