

MAPA DE AULAS



VIVAGYM LINDA-A-VELHA

DATA DE INÍCIO: 01/08

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00	HYBRIDWOD	POWERWOD	HYBRIDWOD	POWERWOD	BODYPUMP		
07:00		3B		PILATES			
07:45	CYCLING		VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING		
10:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	BODYPUMP	
11:00						BODYBALANCE	
11:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	CYCLING	YOGA
12:00	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	POWERWOD	VIRTUAL CYCLING
12:15		PILATES					
12:30	BODYATTACK		YOGA				
13:00			POWERWOD	CYCLING	BODYATTACK	VIRTUAL CYCLING	
13:15		BODYPUMP		BODYPUMP			VIRTUAL CYCLING
18:00			3B				
18:15	BODYPUMP	BODYBALANCE	VIRTUAL CYCLING	YOGA	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
18:45	POWERWOD		BODYPUMP	CYCLING			
19:15	YOGA	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		BODYBALANCE		
19:15	CYCLING	BODYCOMBAT	BODYATTACK				
19:30	BODYCOMBAT		BODYCOMBAT				
20:15		POWERWOD	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	3B		

O PODER DE SENTIR COMO
MELHORAR O TEU RENDIMENTO



SEM CALORIAS



3 SABORES
DIFERENTES



SEM AÇÚCARES

FITDRINK

A TUA ÁGUA VITAMINADA



DESDE
4,90€

*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