



MAPA DE AULAS

VIVAGYM OEIRAS



DATA DE INICIO: 01 / 10

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00	V-POWER	CYCLING	V-MIND	CYCLING	V-POWER		
08:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
09:00		VIRTUAL V-POWER		VIRTUAL V-POWER		V-RUN	
10:00						CYCLING	VIRTUAL V-POWER
10:30	PILATES	ABS	V-POWER	ABS	V-BURN		
11:00						V-MIND	VIRTUAL V-MIND
11:15				V-MIND			
11:30		YOGA			PILATES		
12:00			PILATES			VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
12:15	3B			CROSS WOD			
12:15					CYCLING		
12:30	CYCLING	V-BURN	CYCLING	V-POWER			
12:45		CROSS WOD					
13:00	V-BOXING		V-FIGHT		V-POWER		
13:15		CYCLING		CYCLING			
13:30	V-POWER		HYBRID WOD				
15:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
17:00	ABS	ABS	ABS	ABS		VIRTUAL V-BURN	VIRTUAL V-BURN
18:00	ABS	ABS	ABS	ABS			
18:00	CYCLING			3B	ZUMBA	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
18:15	YOGA	ZUMBA	CYCLING				
18:30		CYCLING	3B				
18:45		HYBRID WOD			HYBRID WOD		
18:45				CYCLING			
19:00	ABS	ABS	ABS	ABS		VIRTUAL V-MIND	VIRTUAL V-MIND
19:00				V-POWER			
19:15	V-BURN						
19:15	V-RUN		V-RUN				
19:30		V-POWER			CYCLING		
19:30		CROSS WOD	YOGA				
20:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	V-FIGHT			
21:00	VIRTUAL V-POWER	VIRTUAL V-BURN	VIRTUAL V-POWER	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL V-BURN	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING

LANÇAMENTO

DE NOVAS

AULAS

DESDE 1 DE SETEMBRO

V-BURN

TONIFICAÇÃO

V-POWER

TONIFICAÇÃO

V-FIGHT

CARDIO

V-MIND

CORPO E MENTE

- 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 INICIO DA AULA.

CORPO E MENTE	CYCLING	COREOGRAFIA
CORPO E MENTE VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	FUNCIONAL
CARDIO	TONIFICAÇÃO	ABDOMINAIS
CARDIO VIRTUAL	TONIFICAÇÃO VIRTUAL	

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM www.vivagym.pt OU APP