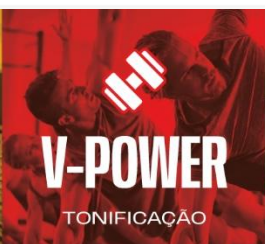




MAPA DE AULAS VIVAGYM LOURES



INICIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
06:30							
07:00	V-POWER E1 45'	V-BOXING TOS30' E2 45'	V-POWER E1 45'	CYCLING E2 45'	CROSS WOD TOS30' E2 45'		
07:15		CYCLING E2 45'			V-BOXING TOS30' E2 45'		
07:30							
07:45							
08:00							
08:30							
09:00	ABS TOS 15' E2 45'	ABS TOS 15' E2 45'	ABS TOS 15' E2 45'	ABS TOS 15' E2 45'	ABS TOS 15' E2 45'		
09:30	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'		
09:30							
09:45						HYBRID WOD BOX 30'	HYBRID WOD BOX 30'
10:00							
10:00			V-MIND E1 45'		PILATES E1 45'		
10:15		PILATES E1 45'					
10:30	GAP E1 45'			YOGA E1 45'		CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'
10:30							
11:30	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	V-MIND E1 45'	
12:30	CYCLING E2 30'					VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'
12:30							
12:45		V-BURN E1 30'	V-POWER E2 45'	V-POWER E1 30'			
13:00					CROSS WOD TOS30' E2 45'		
13:00					CYCLING E2 45'		
13:15	V-POWER E1 30'	CYCLING E2 30'					
13:30				CYCLING E2 30'		VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'
14:00							
14:30							
15:00							
15:30						VIRTUAL CYCLE E2 45'	
16:00	ABS TOS 15' E2 45'	ABS TOS 15' E2 45'	ABS TOS 15' E2 45'	ABS TOS 15' E2 45'	ABS TOS 15' E2 45'		
16:30	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'		
17:30						VIRTUAL CYCLE E2 45'	
17:45	V-BOXING TOS30' E2 45'						
18:00							
18:00			PILATES E1 45'				
18:15		CROSS WOD TOS30' E2 45'					
18:30	V-FIGHT E1 45'				DANCE E1 45'		
18:45	CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'		
19:00		CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'				
19:00							
19:00		DANCE E1 45'					
19:30	V-POWER E1 45'						
19:30			CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'			
19:45	CYCLING E2 45'				V-FIGHT E1 45'		
20:00		V-POWER E1 45'		YOGA E1 45'			
20:15		CYCLING E2 30'	CYCLING E2 30'				
20:30							
20:30	YOGA E1 45'						
21:00	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'	VIRTUAL CYCLE E2 45'		
21:30							



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.

CORPO E MENTE
CORPO E MENTE VIRTUAL
FUNCIONAL

CARDIO
CARDIO VIRTUAL
COREOGRAFIA

CYCLING
CYCLING VIRTUAL
ABDOMINAIS

TONIFICAÇÃO
TONIFICAÇÃO VIRTUAL

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