



MAPA DE AULAS VIVAGYM CARCAVELOS



DATA DE INICIO: 1/12

INICIO	SEG		TER		QUA		QUI		SEX		SÁB		DOM	
07:00			CYCLING	E2 45'	V-BURN	E1 45'	CYCLING	E2 45'						
07:15	HYBRID WOD	BOX 30'							HYBRID WOD	BOX 30'				
08:00	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	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'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	V-MIND	E1 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'
10:00			ABS	TOS 15'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	GAP	E1 30'			VIRTUAL CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'
10:00	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	GAP	E1 30'	V-POWER	E1 30'			VIRTUAL CYCLING	E2 45'				
11:00	V-POWER	E1 30'	PILATES	E1 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	PILATES	E1 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	CYCLING	E2 45'		
12:00	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'			VIRTUAL CYCLING	E2 45'	V-MIND	E1 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'
12:15	3B	E1 30'	V-BURN	E1 45'	CYCLING	E2 45'			CROSS WOD	TOS 30'				
13:00	PILATES	E1 45'			CROSS WOD	TOS 30'	V-POWER	E1 45'	3B	E1 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'
13:00	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'			VIRTUAL CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'				
17:00			VIRTUAL CYCLING	E2 45'										
17:00	VIRTUAL CYCLING	E2 45'			VIRTUAL CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'			VIRTUAL CYCLING	E2 45'		
18:00	ZUMBA	E1 45'			YOGA	E1 45'								
18:00	HYBRID WOD	BOX 30'	V-FIGHT	E1 45'			3B	E1 45'	CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'		
18:30	CYCLING	E2 45'					CYCLING	E2 45'						
19:00	ABS	TOS 15'	GAP	E1 45'	HYBRID WOD	BOX 30'			YOGA	E1 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'		
19:00	V-POWER	E1 45'	CROSS WOD	TOS 30'			ZUMBA	E1 45'						
19:00			VIRTUAL CYCLING	E2 45'	V-POWER	E1 45'			VIRTUAL CYCLING	E2 45'				
20:00	ABS	TOS 15'	PILATES	E1 45'			V-POWER	E1 45'						
20:00	YOGA	E1 45'			CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'						
21:00	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'	VIRTUAL CYCLING	E2 45'				



A VIVAGYM RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORÁRIO POR RAZÕES EXTERNAS.



O USO DE TOALHA É OBRIGATORIO.



NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APOS 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