



MAPA DE AULAS VIVAGYM PORTIMÃO



FECHA INICIO: 1/12

INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00							
07:10	3B	FIT MOVES	V-POWER	STRETCHING	FIT MOVES		
07:30							
08:00							
08:30	CROSS WOD	HYBRID WOD	CROSS WOD	HYBRID WOD	CROSS WOD		
09:15	CYCLING		CYCLING				
09:15	STRETCHING	PILATES	STRETCHING	PILATES	STRETCHING	PILATES	PILATES
10:00						CROSS WOD	CYCLING
10:15	V-POWER		3B		FIT MOVES		
10:30							
11:00						3B	FIT MOVES
12:00							
13:00							
14:00							
17:00							
17:30	FIT MOVES	V-POWER		3B	CYCLING		
18:15	FIT MOVES		FIT MOVES				
18:15	ZUMBA				ZUMBA		
18:15		CYCLING		CYCLING			
18:30		DANCE		DANCE			
18:30		GAP		GAP	V-POWER		
19:00							
19:15	CYCLING	3B	CYCLING	V-POWER			
19:15	PILATES		PILATES				
19:30					FIT MOVES		
19:30		V-MIND		V-MIND			
20:00							
20:15							
21:00							

O MELHOR
PRESENTE:
CONTINUAR EM MOVIMENTO
BOAS FESTAS!



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