



MAPA DE AULAS VIVAGYM CARCAVELOS



DATA DE ÍNICIO: 02/01

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



QUERER-SE MAIS COMEÇA AQUI

Reserva a tua aula na App VivaGym



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 INÍCIO 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