



MAPA DE AULAS

VIVAGYM OLHÃO



DATA DE INICIO: 1/01

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:15	CYCLING	VIRTUAL CYCLING	CYCLING	PILATES	CYCLING		
08:10	PILATES						
08:30		PILATES		VIRTUAL CYCLING			
09:00	ABD	ABD	ABD	ABD	ABD	DANCE	PILATES
09:30	YOGA	FIT MOVES	V-MIND	V-POWER	PILATES		VIRTUAL CYCLING
10:00	ABD	ABD	ABD	ABD	ABD	CYCLING	V-POWER
10:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	PILATES	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
13:10	VIRTUAL CYCLING	ABD	CYCLING	VIRTUAL CYCLING	ABD		
16:15							
16:30	V-BURN	PILATES	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
17:30	V-MIND	V-BURN	V-POWER	GAP	PILATES		
18:30	V-POWER	PILATES	V-FIGHT	V-BURN	FIT MOVES		
18:30	CYCLING	CYCLING	CYCLING	VIRTUAL CYCLING	CYCLING		
19:30	FIT MOVES	GAP	DANCE	V-POWER	ZUMBA		
19:30	CYCLING	VIRTUAL CYCLING	CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
20:00	ABD	ABD	ABD	ABD	ABD		



TREINAR MUDA TUDO



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