



# MAPA DE AULAS

## VIVAGYM BENFICA



INICIO: 1/04

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
06:45	CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	PILATES E1 45'	V-BURN E1 45'	CYCLING E2 45'		
07:30							
08:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
09:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
09:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
09:30		V-YOGA E1 45'		V-YOGA E1 45'			
10:00						V-METCON BOX 30'	
10:30	PILATES E1 45'	GAP E1 30'	V-YOGA E1 45'	V-POWER E1 45'	PILATES E1 45'	PILATES E1 45'	V-POWER E1 30'
10:45						CYCLING E2 30'	
11:15	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
11:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	CYCLING E2 30'
12:15	V-POWER E1 45'			PILATES E1 45'			
12:30			CYCLING E2 30'			V-YOGA E1 45'	
13:00		PILATES E1 45'			CYCLING E2 30'		
13:15	CYCLING E1 30'		GAP E1 30'	V-POWER E1 30'			
14:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
16:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
17:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'			
17:00	GAP E1 30'					V-POWER E1 45'	
17:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-BURN E1 30'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	PILATES E1 45'		
17:45	ZUMBA E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-FIGHT E1 30'	VIRTUAL CYCLING E2 45'			
18:00		PILATES E1 45'				CYCLING E2 45'	
18:15				V-MIND E1 45'	V-POWER E1 45'		
18:30			V-MIND E1 45'				
18:30	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 30'	CYCLING E2 45'				
18:30	V-METCON BOX 30'	V-METCON BOX 30'	V-METCON BOX 30'		V-METCON BOX 30'		
18:45	V-POWER E1 45'						
19:00				CYCLING E2 45'			
19:00		V-FIGHT E1 30'					
19:15				GAP E1 30'	CYCLING E2 45'		
19:15					ZUMBA E1 45'		
19:30		CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'				
19:45	CYCLING E2 45'		CYCLING E2 30'				
19:45	V-BURN E1 30'						
20:00		GAP E1 30'		V-FIGHT E1 30'			
20:00				CYCLING E2 30'			
20:15					V-YOGA E1 45'		
20:30	V-MIND E1 45'		PILATES E1 45'				
20:45		V-MIND E1 30'		V-BURN E1 30'			
21:00							



# 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 INICIO DA AULA.

CORPO E MENTE	CARDIO	CYCLING	TONIFICAÇÃO
CORPO E MENTE VIRTUAL	CARDIO VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	TONIFICAÇÃO VIRTUAL
FUNCIONAL	COREOGRAFIA	ABDOMINAIS	

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM [www.vivagym.pt](http://www.vivagym.pt) OU APP