



# MAPA DE AULAS

## VIVAGYM LINDA-A-VELHA



INÍCIO: 1/04

INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
06:45	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	V-CROSS TOS 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
07:00	V-METCON BOX 30'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		V-METCON BOX 30'		
07:45		CYCLING E2 30'		PILATES E1 30'			
09:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		V-POWER E1 45'
10:00		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		DANCE E1 45'	
10:30			VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'
11:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'	
11:15							V-YOGA E1 45'
12:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-CROSS TOS 30'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
12:15	V-BURN E1 30'	PILATES E1 45'	V-YOGA E1 45'	PILATES E1 45'	V-METCON BOX 30'		
12:30	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'					
13:00	DANCE E1 45'	V-METCON BOX 30'			V-BURN E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	
13:00	V-CROSS TOS 30'		V-CROSS TOS 30'				VIRTUAL CYCLING E2 45'
13:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
17:45	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
18:00			ABS TOS 15'				
18:15	V-POWER E1 45'	V-FIGHT E1 45'	3B E1 30'		DANCE E1 45'		
18:30		VIRTUAL CYCLING E2 45'		V-YOGA E1 45'			
18:45			ABS TOS 15'	CYCLING E2 30'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
19:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	V-POWER E1 45'				
19:15	V-YOGA E1 45'	V-MIND E1 45'					
19:15	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		V-MIND E1 45'		
19:15	V-CROSS TOS 30'	V-METCON BOX 30'	V-CROSS TOS 45'				
19:30				V-FIGHT E1 45'			
20:00			PILATES E1 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		
20:15	V-FIGHT E1 30'	3B E1 30'			3B E1 30'		
20:15	V-METCON BOX 30'		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 INICIO DA AULA.

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