



MAPA DE AULAS

VIVAGYM AMOREIRAS



DATA INICIO: 01/05

INICIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁB	DOM
07:00	V-CROSS E1 30'	V-POWER E1 30'	V-CROSS E1 30'	V-POWER E1 30'	V-CROSS E1 30'		
07:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
07:30	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	CYCLING E2 45'		
07:45	V-METCON TOS 30'	V-BURN E1 30'	V-METCON TOS 30'	V-BURN E1 30'	V-METCON TOS 30'		
07:45	GAP E1 30'		GAP E1 30'				
08:00		V-METCON TOS 30'		ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
08:30	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	GAP E1 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'		
09:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
10:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	V-POWER E1 45'	V-METCON E1 30'
10:30	V-MIND E1 45'	V-YOGA E1 45'	V-CROSS E1 30'	V-MIND E1 45'	V-YOGA E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'
11:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	V-BOXING E1 45'	GAP E1 30'
11:45	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	V-YOGA E1 45'
12:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		ABS TOS 15'
12:15	V-BOXING E1 30'	GAP E1 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	V-BOXING E1 30'	PILATES E1 45'		
12:30			ABS TOS 15'	V-METCON TOS 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'		
12:45	V-CROSS TOS 30'		V-CROSS TOS 30'		V-CROSS TOS 30'		
13:00	V-POWER E1 45'	V-METCON TOS 30'	V-MIND E1 45'	V-POWER E1 45'			
13:00		V-BURN E1 30'		ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
13:15	CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	CYCLING E2 45'		
13:15	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		GAP E1 30'		
15:00	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'		
17:00	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'		
18:00	V-CROSS TOS 45'	ABS TOS 15'	V-MIND E1 45'	V-CROSS TOS 30'	ABS TOS 15'		
18:15	V-POWER E1 45'	V-BOXING E1 30'		V-BURN E1 30'	V-CROSS TOS 30'		
18:30	CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 30'		
18:45		V-METCON TOS 30'		V-METCON TOS 30'			
19:00	V-METCON TOS 30'	CYCLING E2 30'	V-METCON TOS 30'	CYCLING E2 45'	ABS TOS 15'		
19:00	ABS TOS 15'	V-POWER E1 45'	ABS TOS 15'	V-POWER E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 30'		
19:15	V-BURN E1 30'		DANCE E1 45'		PILATES E1 45'		
19:30	VIRTUAL CYCLING E2 30'	ABS TOS 15'	VIRTUAL CYCLING E2 30'		VIRTUAL CYCLING E2 30'		
20:00	DANCE E1 45'	V-MIND E1 45'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	GAP E1 30'		



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	