



MAPA DE AULAS

VIVAGYM ARCO DO CEGO



INICIO: 11/05

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:15	V-POWER E1 45'	CYCLING E2 45'	GAP E1 45'	PILATES E1 45'	V-BURN E1 45'		
09:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	ABS BOX 15'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	ABS BOX 15'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
10:00		STRETCHING E1 45'		PILATES E1 45'		V-POWER E1 45'	
11:00						V-FIGHT E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
12:45	V-POWER E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'		PILATES E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
13:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	GAP E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
17:30	PILATES E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-METCON BOX 30'	V-POWER E1 30'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
18:00	ABS BOX 15'	STRETCHING E1 45'	V-POWER E1 30'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	GAP E1 30'		
18:15		V-CROSS BOX 30'	V-CROSS BOX 30'	V-FIGHT E1 45'			
18:30	GAP E1 30'	ABS BOX 15'	CYCLING E2 45'				
18:45			V-BURN E1 30'		V-METCON BOX 30'		
19:00	V-METCON BOX 30'	V-POWER E1 45'	ABS BOX 15'	ABS BOX 15'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
19:15	CYCLING E2 45'			DANCE E1 45'			
19:15	V-FIGHT E1 45'						
19:30	ABS BOX 15'	CYCLING E2 45'	DANCE E1 30'	CYCLING E2 45'	V-BURN E1 45'		
19:45	V-CROSS BOX 30'						
20:00		V-YOGA E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	ABS BOX 15'	ABS BOX 15'		
20:15	V-POWER E1 45'	ABS BOX 15'	ABS BOX 15'	V-YOGA E1 45'			

QUERER-SE MAIS COMEÇA AQUI

Reserva a tua aula na App VivaGym



- A VIVAGYM RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORARIO POR RAZOES EXTERNAS.
- O USO DE TOALHA É OBRIGATORIO.
- NÃO PODERA 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 OU APP