



MAPA DE AULAS

VIVAGYM Olivais



INÍCIO: 1/06

INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00					V-RUN	OUT 60'	
07:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
07:15			V-POWER E1 45'	V-BOXING BOX 30'			
08:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
09:15	V-METCON BOX 30'	V-MIND E1 45'		V-METCON BOX 30'	V-METCON BOX 30'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
10:00	CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	CYCLING E2 45'	V-YOGA E1 45'	V-BURN E1 30'		V-YOGA E1 45'
10:15						V-METCON BOX 30'	
11:00	PILATES E1 45'		V-YOGA E1 45'		V-MIND E1 45'	V-BOXING BOX 30'	
11:00		V-METCON BOX 30'	V-BOXING BOX 30'			V-POWER E1 45'	
11:00		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
12:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
12:45	V-POWER E1 45'	CYCLING E2 45'	ABS TOS 15'	V-POWER E1 45'	CYCLING E2 45'		
13:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	V-METCON BOX 30'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
15:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
16:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
18:00	V-POWER E1 45'	GAP E1 45'	V-METCON BOX 30'	GAP E1 30'			
18:00		VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-YOGA E1 45'		V-YOGA E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
18:15		V-RUN	OUT 60'				
19:00	V-BURN E1 30'	ZUMBA E1 45'		STRETCHING E1 45'	V-POWER E1 30'		
19:00	CYCLING E2 30'		CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
19:00	V-METCON BOX 30'	V-METCON BOX 30'					
19:45	STRETCHING E1 45'	CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	CYCLING E2 45'	CYCLING E1 30'		
20:00				ZUMBA E1 45'			
21:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'

ESTREAMOS O
RUN CLUB BY 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 INÍCIO 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