



MAPA DE AULAS

VIVAGYM PARQUE DAS NAÇÕES



FECHA INICIO: 01/05

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
06:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		
07:00	GAP E1 45'	CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'		
07:00			V-CROSS BOX 30'		RUN CLUB PDN OUT 60'		
07:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	ABS E2 45'	V-METCON BOX 30'	ABS E2 45'			
09:00	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'
10:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	GAP E1 45'	V-POWER E1 45'
11:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	V-FIGHT E1 45'
12:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
12:45	V-POWER E1 45'	CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	V-METCON BOX 30'	V-BURN E1 45'		
13:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	ABS TOS 15'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
14:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
15:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
17:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	GAP E1 45'	PILATES E1 45'	ABS TOS 15'		
18:00	V-POWER E1 45'	PILATES E1 45'	V-METCON BOX 30'	CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
18:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	RUN CLUB PDN OUT 60'	V-POWER E1 45'	V-FIGHT E1 45'	V-POWER E1 45'		
18:30	V-METCON BOX 30'		CYCLING E2 45'		ABS TOS 15'		
18:45		CYCLING E2 45'					
19:00	V-BURN E1 45'	V-POWER E1 45'	ABS TOS 15'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
19:15	CYCLING E2 45'	ABS TOS 15'	V-BURN E1 45'	V-POWER E1 45'	PILATES E1 45'		
20:00	V-MIND E1 45'	V-FIGHT E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
21:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		



- 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	

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM www.vivagym.pt OU APP