HORÁRIO DE AULAS DE GRUPO

VIVAGYM

Início	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:00	V-Hybrid BOX 30'						
07:15	V-Power E1 45'	Cycling E2 45'	V-Power E1 45'	Cycling E2 45'	V-Hybrid BOX 30'		
07:30	V-Cross REL 30'						
07:45					Virtual Cycling E2 45'		
08:00	Virtual Cycling E2 45'		Virtual Cycling E2 45'				
08:30							Virtual Cycling E2 45'
09:00	V-Burn E1 45'	V-Power E1 45'	V-Fight E1 45'		ABS SOF 15'	Virtual Cycling E2 45'	
09:00	ABS SOF 15'		ABS SOF 15'				
09:30	Virtual Cycling E2 45'						
10:00	GAP E1 30'	Cycling E2 30'	Pilates E3 45'	V-Hybrid BOX 30'	Fit Moves E1 45'		
10:00	V-Mind E3 45'	ABS SOF 15'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'			
10:00				ABS SOF 15'			
10:15			GAP E1 30'				
10:30	Virtual Cycling E2 45'	V-Mind E3 45'		V-Yoga E3 45'	V-Mind E3 45'		Virtual Cycling E2 30'
10:30				3B E1 30'			
10:45	Zumba E1 45'						
11:00			Zumba E1 45'	Virtual Cycling E2 45'			
11:15						V-Mind E3 45'	
11:30		Virtual Cycling E2 45'			Virtual Cycling E2 45'	Cycling E2 45'	
12:00	Pilates E3 45'						
12:15			Virtual Cycling E2 45'				
12:30	Virtual Cycling E2 45'	GAP E1 30'		Pilates E3 45'			Virtual Cycling E2 45'
12:30				Virtual Cycling E2 45'			
12:45				V-Hybrid BOX 30'	Run Club (Carcavelos) OUT 60'		
13:00	V-Power E1 45'	Virtual Cycling E2 45'	V-Power E1 45'		Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	
13:15		Zumba E1 45'					
13:30	Virtual Cycling E2 45'						
15:00		Virtual Cycling E2 45'		Virtual Cycling E2 45'		Virtual Cycling E2 45'	
16:00	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'		Virtual Cycling E2 45'
17:00	Virtual Cycling E2 45'		Virtual Cycling E2 45'		Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	
18:00					V-Hybrid BOX 30'		
18:15	V-Mind E3 45'	V-Yoga E3 45'	Zumba E3 45'	V-Power E1 45'			
18:30	3B E1 30'	V-Power E1 30'	V-Hybrid BOX 30'	V-Yoga E3 45'			
18:30		ABS SOF 15'	V-Burn E1 30'	ABS SOF 15'			
18:45					Cycling E2 30'		
19:00	Cycling E2 45'						
19:15	V-Hybrid BOX 30'	V-Fight E1 45'	Cycling E2 45'	V-Fight E1 45'			
19:15	Fit Moves E1 45'	Cycling E2 30'	GAP E1 30'	Cycling E2 45'			
19:15		Run Club (Carcavelos) OUT 60'					
19:15		Pilates E3 45'					
19:30	ABS REL 15'		ABS SOF 15'	Pilates E3 45'	V-Power E1 30'		
20:00		V-Cross SOF 30'					
20:00		Dance E3 45'					

VivaGym CASCAIS - Válido desde 23 de Novembro