HORÁRIO DE AULAS DE GRUPO

VIVAGYM

Início	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
06:45		Cycling E2 30'	Pilates E1 45'				
07:00				HYROX BOX 45'			
07:15	V-Power E1 45'				V-Power E1 45'		
07:45		HYROX BOX 45'					
08:30						Run Club OUT 60'	
09:00	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'		Virtual Cycling E2 30'
09:45						HYROX BOX 45'	
10:00	Pilates E1 45'	V-Yoga E1 45'	HYROX BOX 45'	GAP E1 45'	V-Yoga E1 45'	Pilates E1 45'	V-Yoga E1 45'
10:45						Cycling E2 45'	
11:00	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'		GAP E1 45'
11:00		HIT SOF 15'					
12:00							HYROX BOX 45'
12:15					HIT SOF 15'		
12:30	GAP E1 30'	Dance E1 45'	GAP E1 30'	Dance E1 30'	V-Power E1 45'	V-Power E1 45'	
12:30			Cycling E2 45'				
12:30			ABS SOF 15'				
12:45	Cycling E2 45'	Run Club OUT 60'		Run Club OUT 60'	Cycling E2 45'		
13:00	HYROX BOX 45'	Cycling E2 45'	HYROX BOX 45'	HYROX BOX 45'			
13:15	Pilates E1 45'			Pilates E1 45'			
13:30		V-Burn E1 45'	V-Power E1 45'		GAP E1 30'		
14:00				ABS SOF 15'			
15:00	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'
16:00	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'
16:00				ABS SOF 15'			
17:30	V-Power E1 45'	Dance E1 45'	Pilates E1 45'	V-Power E1 45'			
17:45		HYROX BOX 30'		HYROX BOX 30'	HYROX BOX 45'		
18:00					Pilates E1 45'		
18:15	HYROX BOX 30'		Cycling E2 45'				
18:30	3B E1 45'	Run Club OUT 60'	GAP E1 45'	Cycling E2 45'			
18:30				Run Club OUT 60'			
18:45					Cycling E2 45'		
19:00	Cycling E2 45'			GAP E1 45'			
19:15		Cycling E2 45'					
19:30			V-Power E1 45'				
19:30			HYROX BOX 45'				
19:45		HYROX BOX 45'		HYROX BOX 45'			
20:00	Pilates E1 45'						
20:15		GAP E1 45'		Pilates E1 45'			
21:00	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'	Virtual Cycling E2 30'		

VivaGym MARQUÊS DE POMBAL - Válido desde 23 de Novembro