HORÁRIO DE AULAS DE GRUPO

VIVAGYM

Início	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
06:15	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'		Virtual Cycling E2 45'			
07:00	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Cycling E2 45'	V-Power E1 45'	Cycling E2 45'		
07:00				Virtual Cycling E2 45'	Run Club (P.D.Nações) OUT 60'		
08:00	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'		Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'		
09:15	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'		
10:00	Virtual Cycling E2 45'	HIT SOF 15'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'
10:00	ABS SOF 15'		ABS SOF 15'	HIT SOF 15'	ABS SOF 15'		
10:15	V-Power E1 45'	V-Mind E1 45'					
11:00						V-Power E1 45'	
12:00						Virtual Cycling E2 45'	
12:00						V-Burn E1 45'	
13:15		Cycling E2 45'					
14:00	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'		
15:00			Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'			
17:00	HIT SOF 15'	ABS SOF 15'	HIT SOF 15'	ABS SOF 15'	HIT SOF 15'		Virtual Cycling E2 45'
18:00				V-Power E1 45'	GAP E1 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'
18:15	V-Power E1 45'	Run Club (P.D.Nações) OUT 60'					
18:45	ABS SOF 15'		ABS SOF 15'	V-Hybrid BOX 30'	HIT SOF 15'		
19:00	V-Hybrid BOX 30'	Zumba E1 45'		Zumba E1 45'		Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'
19:15	V-Fight E1 30'	ABS SOF 15'		HIT SOF 15'	ABS SOF 15'		
19:30	HIT SOF 15'						
20:00	Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'	Virtual Cycling E2 45'		Virtual Cycling E2 45'		