



MAPA DE AULAS

VIVAGYM BRAGA



Início: 1/12

INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:15	VIRTUAL CYCLING E1 45'	HYROXWOD BOX 30'	RPM E1 45'	BODYPUMP E2 30'	POWERWOD TOS 30'		
07:45			VIVA RUN OUT 45'				
08:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
09:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
09:15	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	3B E2 30'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'		
09:30	PILATES E2 45'			PILATES E2 45'		PILATES E2 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'
09:45					BODYPUMP E2 30'		
10:00			RPM E1 45'				
10:15		DANÇAS E2 30'					
10:30	BODYPUMP E2 45'			3B E2 45'	FIT MOVES TOS 30'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'
11:00		GAP E2 30'					
11:30	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	RPM E1 45'		
12:45	RPM E1 45'	BODYATTACK E2 45'	BODYPUMP E2 45'	GAP E2 30'			
15:00	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	
16:00	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	
17:00	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	
17:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
17:30							
17:45	DANÇAS E2 30'	PILATES E2 45'		3B E2 30'			
18:00			3B E2 30'	POWERWOD TOS 30'			
18:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
18:30	BODYPUMP E2 30'	FIT MOVES TOS 30'	FIT MOVES TOS 30'		HYROXWOD BOX 30'		
18:45		3B E2 30'	BODYPUMP E2 45'	BODYATTACK E2 45'			
19:00	HYROXWOD BOX 30'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	RPM E1 45'		3B E2 30'		
19:15	BODYATTACK E2 30'	POWERWOD TOS 30'	HYROXWOD BOX 30'		FIT MOVES TOS 30'		
19:30		BODYPUMP E2 30'		RPM E1 45'			
19:45	RPM E1 45'		PILATES E2 45'	BODYPUMP E2 30'			
20:00	VIVA RUN OUT 45'				PILATES E2 45'		
20:15	PILATES E2 45'			HYROXWOD BOX 30'			
21:30	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 45'		



> A VIVAGYM RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORÁRIO POR RAZÕES EXTERNAS.

> O USO DE TOALHA É OBRIGATÓRIO.

> NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APÓS 5 MINUTOS DO INÍCIO DA AULA.

CARDIO	CORPO E MENTE	FORÇA	FUNCIONAL
CYCLING	DANÇAS	ABS	CYCLING VIRTUAL

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM WWW.VIVAGYM.PT OU APP