



# MAPA DE AULAS FITNESS HUT AMOREIRAS



INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00		BODYPUMP E2 30'		BODYPUMP E2 30'	FIT MOVES E2 30'		
07:00		ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
07:15	BODYATTACK E2 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	BODYATTACK E2 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'			
07:30	CYCLING E1 30'		VIRTUAL CYCLING E1 30'		RPM E1 30'		
07:45		BODYATTACK E2 30'		BODYATTACK E2 30'			
08:00	3B E2 30'		3B E2 30'				
08:15				VIRTUAL CYCLING E1 30'			
08:30							
08:30		VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'				
09:00		ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
09:15						VIRTUAL CYCLING E1 30'	
09:45	VIRTUAL CYCLING E1 30'			VIRTUAL CYCLING E1 30'			
10:00	ABS TOS 15'		VIRTUAL CYCLING E1 30'		VIRTUAL CYCLING E1 30'	BODYPUMP E2 45'	VIRTUAL CYCLING E1 30'
10:30	BODYBALANCE E2 30'	PILATES E2 30'	FIT MOVES E2 30'	BODYBALANCE E2 30'	PILATES E2 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	
11:00						BODYATTACK E2 45'	VIRTUAL CYCLING E1 30'
11:45	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	
12:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	
12:15		GAP E2 30'					
12:45							
13:00							
13:00	BODYPUMP E2 30'	BODYATTACK E2 30'	BODYBALANCE E2 30'	BODYPUMP E2 30'	3B E2 30'		VIRTUAL CYCLING E1 30'
13:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'			
13:15	CYCLING E1 45'	CYCLING E1 30'	RPM E1 30'	CYCLING E1 30'	RPM E1 30'		
13:30							VIRTUAL CYCLING E1 30'
15:00	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	
16:00	VIRTUAL CYCLING E1 30'		VIRTUAL CYCLING E1 30'		VIRTUAL CYCLING E1 30'		
16:30		VIRTUAL CYCLING E1 30'		VIRTUAL CYCLING E1 30'		VIRTUAL CYCLING E1 30'	
17:15	VIRTUAL CYCLING E1 30'		VIRTUAL CYCLING E1 30'		VIRTUAL CYCLING E1 30'		
18:00		ABS TOS 15'		ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
18:00		VIRTUAL CYCLING E1 30'					
18:15	BODYPUMP E2 45'	BODYATTACK E2 30'	3B E2 45'	BODYATTACK E2 30'	ZUMBA E2 45'		
18:30	RPM E1 45'		RPM E1 45'				
18:45							
19:00		BODYPUMP E2 45'		BODYPUMP E2 45'			
19:00	ABS TOS 15'	RPM E1 45'	ABS TOS 15'	CYCLING E1 45'			
19:00		ABS TOS 15'					
19:15	PILATES E2 45'		PILATES E2 45'		PILATES E2 45'		
19:30	CYCLING E1 45'		CYCLING E1 45'	FIT MOVES TOS 30'			
20:00	ABS TOS 15'	BODYBALANCE E2 45'	ABS TOS 15'	3B E2 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
20:15	ZUMBA E2 45'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	ZUMBA E2 45'	VIRTUAL CYCLING E1 30'			



TODA A INFORMAÇÃO AQUI

> A FITNESS HUT 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
CYCLING	DANÇAS
FORÇA	FUNCIONAL
ABS	CYCLING VIRTUAL

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM [WWW.FITNESSHUT.PT](http://WWW.FITNESSHUT.PT) OU APP