



# MAPA DE AULAS

## VIVAGYM CARCAVELOS



DATA DE INÍCIO: 1/12

INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:15	<b>BODYCOMBAT</b> E2 45'	<b>CYCLING</b> E1 45'	<b>3B</b> E2 45'	<b>RPM</b> E1 45'	<b>BODYPUMP</b> E2 45'		
07:15					<b>HYROXWOD</b> BOX 30'		
08:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'		<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'		<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'		
09:00	<b>ABS</b> TOS 15'		<b>ABS</b> TOS 15'		<b>ABS</b> TOS 15'		
09:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'
10:00	<b>ABS</b> TOS 15'				<b>ABS</b> TOS 15'		
10:00	<b>BODYPUMP</b> E2 30'	<b>GAP</b> E2 30'		<b>GAP</b> E2 30'			<b>BODYATTACK</b> E2 45'
10:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'
10:15					<b>BODYPUMP</b> E2 45'		
11:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>PILATES</b> E2 45'	<b>ABS</b> TOS 15'	<b>PILATES</b> E2 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'		
11:15						<b>RPM</b> E1 45'	
12:00	<b>RPM</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'			<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'		<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'
12:15		<b>BODYPUMP</b> E2 45'	<b>BODYCOMBAT</b> E2 45'	<b>CYCLING</b> E1 45'			
12:30	<b>POWERWOD</b> TOS 30'		<b>POWERWOD</b> TOS 30'		<b>POWERWOD</b> TOS 30'		
13:00	<b>PILATES</b> E2 45'		<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'		<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'
13:15		<b>BODYATTACK</b> E2 30'		<b>BODYPUMP</b> E2 45'			
14:00	<b>ABS</b> TOS 15'	<b>ABS</b> TOS 15'	<b>ABS</b> TOS 15'				
14:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	
15:00	<b>ABS</b> TOS 15'	<b>ABS</b> TOS 15'	<b>ABS</b> TOS 15'	<b>ABS</b> TOS 15'			
15:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'
16:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'
17:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'		<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	
17:15				<b>3B</b> E2 30'			
17:30	<b>3B</b> E2 30'	<b>BODYPUMP</b> E2 45'	<b>BODYPUMP</b> E2 30'				
18:00	<b>RPM</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'		<b>ZUMBA</b> E2 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	
18:15			<b>YOGA</b> E2 45'	<b>CYCLING</b> E1 45'			
18:15	<b>ZUMBA</b> E2 45'						
18:30	<b>HYROXWOD</b> BOX 30'	<b>BODYCOMBAT</b> E2 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'		<b>BODYCOMBAT</b> E2 45'		
19:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>HYROXWOD</b> BOX 30'	<b>BODYPUMP</b> E2 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	
19:15	<b>BODYPUMP</b> E2 30'		<b>BODYATTACK</b> E2 45'				
19:30		<b>PILATES</b> E2 45'			<b>BODYPUMP</b> E2 45'		
19:45			<b>CYCLING</b> E1 45'				
20:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'		<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'		
20:15	<b>YOGA</b> E2 45'						
21:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> E1 45'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> 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.

<b>CARDIO</b>	<b>CORPO E MENTE</b>	<b>FORÇA</b>	<b>FUNCIONAL</b>
<b>CYCLING</b>	<b>DANÇAS</b>	<b>ABS</b>	<b>CYCLING VIRTUAL</b>

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