



# MAPA DE AULAS

## VIVAGYM ANTAS



FECHA INICIO: 1/12

INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00							
07:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
09:45			ZUMBA E2 45'	RPM E1 45'			
10:00		3B E2 30'			BODYSTEP E2 30'	BODYPUMP E2 45'	
10:30	CYCLING E1 45'						CYCLING E1 45'
10:45			CYCLING E1 45'	BODYPUMP E2 45'	RPM E1 30'	CYCLING E2 45'	
11:15	YOGA E2 45'	BODYPUMP E2 45'			PILATES E2 45'		
11:30			PILATES E2 45'			PILATES E2 45'	
13:00	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	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'	VIRTUAL CYCLING E1 30'
17:00	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'
17:15					YOGA E2 45'		
17:45			3B E2 30'				E1 30'
18:00	BODYSTEP E2 30'			BODYSTEP E2 30'			
18:15		FIT MOVES BOX 30'			3B E2 45'		
18:30			RPM E1 45'				
18:30			BODYPUMP E2 45'				
18:45	BODYPUMP E2 45'	BODYCOMBAT E2 45'					
19:00	RPM E1 45'			BODYCOMBAT E2 45'	CYCLING E1 45'		
19:00	HYROXWOD BOX 30'						
19:15				CYCLING E1 45'			
19:15			POWERWOD BOX 30'	HYROXWOD BOX 30'			
19:30		CYCLING E1 45'	BODYCOMBAT E2 45'				
19:45	ZUMBA E2 45'	BODYPUMP E2 45'					
20:00				BODYPUMP E2 45'	ZUMBA E2 45'		
20:45	PILATES E2 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 APOS 5 MINUTOS DO INÍCIO DA AULA.

CARDIO	CORPO E MENTE	FORÇA	FUNCIONAL
CYCLING	DANÇA	ABS	CYCLING VIRTUAL

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