



HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS



VIVAGYM PICOAS

INICIO: 01/02/2025

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:15	BODYPUMP	CYCLING	BODYPUMP	VIRTUAL CYCLING	CYCLING		
08:00	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING		HBX BOXING		
10:00	FIT MOVES	ABS	ABS	FIT MOVES	ABS	RPM	
10:30	VIRTUAL CYCLING	YOGA		VIRTUAL CYCLING	PILATES		YOGA
11:00	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS	BODYPUMP	
12:00	BODYPUMP	ABS	PILATES	ABS	HBX BOXING	ABS	VIRTUAL CYCLING
12:15		BODYPUMP	HBX BOXING	PILATES		VIRTUAL CYCLING	
12:30	VIRTUAL CYCLING	HYROXWOD					
12:30		CYCLING		CYCLING			
12:45	HYROXWOD		CYCLING		CYCLING		
13:00	PILATES	DANÇAS					
13:00	RPM		ABS	ABS	ABS		
13:15		LES MILLS CORE	BODYPUMP	STRETCHING	PILATES		
14:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
15:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
16:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
18:00	3B	ABS	BODYPUMP	ABS	ABS		
18:15		YOGA		YOGA			
18:30	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING	RPM	LES MILLS CORE		
18:45	LES MILLS CORE	HBX BOXING					
19:00	FIT MOVES	ABS	YOGA	HBX BOXING	ABS		
19:15	CYCLING				3B		
19:30	PILATES		RPM	BODYPUMP			
20:00	VIRTUAL CYCLING	PILATES	ABS	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		

FITDRINK

O PODER DE SENTIR COMO MELHORAR O TEU RENDIMENTO



SEM CALORIAS



3 SABORES DIFERENTES



SEM AÇÚCARES



A TUA ÁGUA VITAMINADA

DESDE **3,90€**
Antes **4,90€**

*Promoção válida apenas em alguns dos nossos clubes. Consulta as condições da promoção e os clubes aderentes em nosso blog.

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

> O USO DE TOALHA É OBRIGATORIO.

> 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