



MAPA DE AULAS

VIVAGYM ALFRAGIDE NORTE



DATA INÍCIO: 03/02

INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
06:45	HYROXWOD	BODYPUMP	CYCLING	PILATES	BODYPUMP		
07:30	CYCLING						
07:45		BODYBALANCE	BODYPUMP	GAP	CYCLING		
09:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		CYCLING
09:15						HYROXWOD	
10:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	CYCLING	BODYPUMP
11:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	BODYPUMP	BODYBALANCE
11:00							
12:15	BODYPUMP	CYCLING	HYROXWOD	BODYBALANCE			
12:30					POWERWOD	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
13:00			CYCLING	BODYPUMP			
13:15	PILATES	POWERWOD					
13:30						VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
14:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
15:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
16:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
17:30						VIRTUAL CYCLING	
18:00	ABS	ABS					
18:00	GAP	HYROXWOD	BODYPUMP				
18:15		3B		CYCLING	GAP		
18:30	HYROXWOD		HYROXWOD	POWERWOD			
18:30		CYCLING					
18:45	CYCLING						
19:00	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS		
19:00			3B				
19:15		PILATES	CYCLING	PILATES	CYCLING		
19:45	BODYPUMP						
20:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
21:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		

O PODER DE SENTIR COMO MELHORAR O TEU RENDIMENTO



SEM CALORIAS



3 SABORES DIFERENTES



SEM AÇÚCARES

FITDRINK

A TUA ÁGUA VITAMINADA



DESDE

3,90€

Antes 4,70€

*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