



HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

VIVAGYM CAMPO PEQUENO



DATA DE INÍCIO: 01/02/2025

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00				FIT MOVES			
07:15	BODYPUMP	BODYCOMBAT	PILATES		BODYPUMP		
09:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
10:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	3B	STRETCHING
11:30	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS	STRETCHING	3B
12:15	FIT MOVES		STRETCHING		PILATES		
12:30	BODYCOMBAT	STRETCHING	FIT MOVES	PILATES	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
13:00	CYCLING	CYCLING		RPM	FIT MOVES		
13:15		ZUMBA	CYCLING		GAP		
13:15		HYROXWOD	GAP	HYROXWOD			
13:30	BODYPUMP						
15:30	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	
17:00		BODYPUMP					
17:15	BODYPUMP				BODYPUMP		
17:30			BODYPUMP	3B			
18:00	ZUMBA	HYROXWOD			BODYCOMBAT		
18:15	HYROXWOD		PILATES				
18:15				BODYATTACK			
18:30		POWER WOD					
18:45		BODYATTACK	FIT MOVES				
19:00	PILATES						
19:00	RPM			BODYCOMBAT			
19:15		RPM	RPM	CYCLING	ZUMBA		
19:15	POWER WOD		BODYPUMP				
19:30		ZUMBA					
19:45	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS		
20:00	3B		ZUMBA	BODYPUMP			
20:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		

FITDRINK

O PODER DE SENTIR COMO
MELHORAR O TEU RENDIMENTO



SEM CALORIAS



3 SABORES
DIFERENTES



SEM AÇÚCARES



DESDE
3'90€
Antes 4'90€

A TUA ÁGUA VITAMINADA

*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 HORARIO 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	FORÇA	FUNCIONAL
CYCLING	DANÇAS	ABS	CYCLING VIRTUAL

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM WWW.VIVAGYM.PT OU APP