



HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

VIVAGYM MARQUÊS DE POMBAL

FEVEREIRO



INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00	BODYPUMP	ABS	PILATES	CYCLING	RPM		
07:15		CYCLING	VIRTUAL CYCLING				
08:00	RPM	HYROXWOD	HBX		HBX		
09:15	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	PILATES	HBX
10:15		YOGA		YOGA		3B	BODYPUMP
11:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	BODYSTEP	VIRTUAL CYCLING
12:30	GAP	HBX	GAP	GAP	BODYPUMP	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
12:30	HYROXWOD	DANÇAS		HBX	RPM		
12:45	RPM	CYCLING	RPM	HYROXWOD			
13:15	BODYBALANCE		BODYPUMP	CYCLING			
13:15		ABS	ABS	PILATES	ABS		
13:30		GAP	ABS	ABS	BODYBALANCE	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
15:00	ABS	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	ABS	VIRTUAL CYCLING		
16:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
17:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	ABS	VIRTUAL CYCLING	ABS		
17:45	BODYPUMP	DANÇAS	BODYPUMP	BODYPUMP		VIRTUAL CYCLING	
18:00	ABS	HYROXWOD	HBX		PILATES		
18:45		BODYBALANCE	3B	BODYBALANCE	ABS		
18:45	ABS		ABS	CYCLING			
19:00	HBX	CYCLING	RPM	HYROXWOD	ABS		
19:15	BODYPUMP	ABS	ABS		BODYPUMP		
19:15	CYCLING						
19:30	ABS	BODYPUMP	BODYSTEP	ABS	ABS		
19:45		VIRTUAL CYCLING		BODYSTEP			
20:15	PILATES		VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
21:00	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



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 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