



MAPA DE AULAS



INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00	HYROXWOD BOX 30'	POWERWOD TOS 30'	HYROXWOD BOX 30'	POWERWOD TOS 30'	HYROXWOD BOX 30'		
07:00	CYCLING E2 45'	3B E1 45'	BODYPUMP E1 45'		BODYPUMP E1 45'		
07:00		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
08:00	GAP E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	PILATES E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
09:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
09:30							BODYPUMP E1 45'
10:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	BODYPUMP E1 45'	
10:30		ABS TOS 15'		ABS TOS 15'			CYCLING E2 45'
11:00	ABS TOS 15'		ABS TOS 15'			BODYBALANCE E1 45'	
11:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	
11:15							YOGA E1 45'
12:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	POWERWOD TOS 30'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
12:15		PILATES E1 45'		PILATES E1 45'	HYROXWOD BOX 30'		
12:30	BODYBALANCE E1 45'	CYCLING E2 45'					
12:30	BODYATTACK TOS 45'		BODYCOMBAT E1 30'				
12:30	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'			
13:00		HYROXWOD BOX 30'	POWERWOD TOS 30'	CYCLING E2 45'	BODYATTACK TOS 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
13:15		BODYPUMP E1 45'	BODYPUMP E1 45'	3B E1 30'			
13:30	CYCLING E2 45'						
13:30	POWERWOD TOS 30'						
16:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
17:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'			
17:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
18:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'			
18:00			3B E1 30'		BODYPUMP E1 45'		
18:15	BODYPUMP E1 45'	DANCE MOVES E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	BODYBALANCE E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	
18:30	HYROXWOD BOX 30'		POWERWOD TOS 30'				
18:45		HYROXWOD BOX 30'	BODYPUMP E1 45'	HYROXWOD BOX 30'			
18:45	POWERWOD TOS 30'	CYCLING E2 45'					
19:00					DANCE MOVES E1 45'		
19:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'			
19:15	YOGA E1 45'	BODYBALANCE E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	YOGA E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	
19:15	CYCLING E2 45'	BODYCOMBAT TOS 45'	BODYATTACK TOS 45'	BODYCOMBAT TOS 45'			
19:30	BODYCOMBAT E1 45'	CYCLING E2 45'					
19:45			PILATES E1 45'				
20:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	PILATES E1 45'		
20:15	HYROXWOD BOX 30'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
20:15	3B E1 30'	FIT MOVES TOS 30'		FIT MOVES TOS 30'			

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 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

