



# HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

## VIVAGYM MAIA



INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:15	RPM	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
09:15	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
09:30						BODYBALANCE	VIRTUAL CYCLING
10:30						CYCLING	
11:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
11:15							VIRTUAL CYCLING
11:30	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS		
12:45	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
12:45	BODYBALANCE	BODYPUMP	GAP	PILATES			
13:00							
15:15	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
16:30	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS		
17:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	
18:00	3B	BODYBALANCE	BODYPUMP	RPM	PILATES	VIRTUAL CYCLING	
18:00				3B			
18:15	RPM	HYROXWOD			RPM		
18:30		RPM	RPM				
18:45	HYROXWOD	ZUMBA	3B	HYROXWOD	ZUMBA		
19:00	BODYPUMP	HUT RUNNERS		BODYPUMP			
19:15					HYROXWOD		
19:30			HYROXWOD	CYCLING			
19:30			PILATES				
19:45	CYCLING	BODYPUMP	CYCLING		GAP		
19:45	YOGA						
20:00		VIRTUAL CYCLING		YOGA	VIRTUAL CYCLING		
20:15			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



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](http://WWW.VIVAGYM.PT) OU APP