

MAPA DE AULAS

VIVAGYM ODIVELAS



INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00		CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL		
07:15	CYCLING	BODYPUMP	YOGA	CYCLING			
07:30			CICLO VIRTUAL				
08:00		CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL		
08:30	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL			
09:00		CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL		
09:00		ABS	ABS	ABS	ABS		CICLO VIRTUAL
09:15	PILATES					CICLO VIRTUAL	
09:30			CICLO VIRTUAL	YOGA	PILATES		
09:30		YOGA		CICLO VIRTUAL			
09:45			BODYBALANCE				CICLO VIRTUAL
10:00	ABS	ABS			ABS	PILATES	BODYPUMP
10:15	CYCLING					CYCLING	
10:30			3B	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		
10:30			CICLO VIRTUAL	BODYATTACK			
10:45		BODYPUMP			3B		POWERWOD
11:00		CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL	ZUMBA	CYCLING
11:15						BODYPUMP	
11:30	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL			
12:00				ABS	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	BODYCOMBAT
12:30	CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL		BODYBALANCE	CICLO VIRTUAL
13:00	BODYPUMP	CYCLING			BODYPUMP		
13:00			CYCLING	BODYCOMBAT	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	
13:30	CICLO VIRTUAL	POWERWOD	3B	CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL
14:00		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	
14:30	CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL
15:00		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	
15:30	CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL
16:00		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	
16:30	CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL
17:00		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	
17:30	CICLO VIRTUAL			BODYPUMP			CICLO VIRTUAL
18:00	ABS		ABS		CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	
18:00	FIT MOVES		BODYPUMP		BODYPUMP		
18:15		3B			CYCLING		
18:30		CYCLING	CYCLING	BODYCOMBAT			CICLO VIRTUAL
18:30	POWERWOD	BODYATTACK		HYROXWOD			
18:45	BODYPUMP			FIT MOVES			
18:45	CYCLING						
19:00		HYROXWOD	PILATES		FIT MOVES	CICLO VIRTUAL	
19:00	ABS		CYCLING		ABS		
19:15				ABS			
19:30		BODYPUMP	BODYATTACK	CYCLING	CYCLING		
19:30	CYCLING	BODYCOMBAT	HYROXWOD	BODYBALANCE			
19:45	BODYATTACK	CYCLING	CYCLING		YOGA		
20:00	ABS	ABS	ABS		ABS		
20:00	YOGA						
20:30		3B		3B			
21:00	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		

**O PODER DE SENTIR COMO
MELHORAR O TEU RENDIMENTO**

SEM CALORIAS

3 SABORES
DIFERENTES

SEM AÇÚCARES

FITDRINK

**A TUA ÁGUA
VITAMINADA**

DESDE
3,90€
litros
12º

*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