



# HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

## VIVAGYM VISEU



FECHA INICIO: 01/01

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