



MAPA DE AULAS

VIVAGYM Amoreiras



Data de Inicio: 01/02/2025

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

O PODER DE SENTIR COMO
MELHORAR O TEU RENDIMENTO

SEM CALORIAS

3 SABORES DIFERENTES

SEM AÇÚCARES

FITDRINK

A TUA ÁGUA VITAMINADA

DESDE **3'90c** Antes 4'00



TODA A INFORMAÇÃO AQUI

- > A FITNESS HUT 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
CYCLING	DANÇAS
FORÇA	FUNCIONAL
ABS	CYCLING VIRTUAL

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM WWW.FITNESSHUT.PT OU APP