

MAPA DE AULAS 03 de SETEMBRO 2018 - 02 de JUNHO 2019



	Segunda										Terça							Quarta											
	Ginásio 2	Ginásio 3	Ginásio 4	Ginásio 5	Ginásio 6	Estúdio E	Estúdio C	Estúdio D	Estúdio B	Estúdio A	Ginásio 2	Ginásio 3	Ginásio 4	Ginásio 5	Estúdio B	Estúdio E	Estúdio C	Estúdio D	Estúdio A	Ginásio 2	Ginásio 3	Ginásio 4	Ginásio 5	Ginásio 6	Estúdio C	Estúdio E	Estúdio D	Estúdio B	
7.30				CROSS TRAINING 7.30 60'																			TREINO FUNCIONAL 7.30 50'						
8.00	STRETCHING 08.30 30'																						STRETCHING 08.30 30'						
9.00	BARRIGA KILLER 9.30 30'								YOGA 1 8.30 60'									YOGA 6 9.30 60'									YOGA 8 8.30 60'		
10.00				CROSS TRAINING 10.00 60'						LOCALIZADA 10.00 45'												BODYSTEP 10.00 60'							
11.00																													
12.45	BODYPUMP 12.45 60'								YOGA 2 12.45 45'																				
16.00				TREINO FUNCIONAL 16.00 50'																									
17.30	LOCALIZADA 17.30 45'																												
18.30	BODYJAM 18.30 60'									M&D Baby 18.15 45'																			
19.30		RITMOS 19.30 50'		CROSS TRAINING 19.30 60'	KICK BOXING 19.30 60'	TBO 19.00 45'	BODY BALANCE 19.30 60'	YOGA 4 19.30 60'																					
20.30				TRX 20.30 45'	TAEKWON-DO 20.45 60'			YOGA 5 21.15 60'																					

A U L A S D E G R U P O		BODY COMBAT		BODY JAM		BALLET FIT		LOCALIZADA		RITMOS			PÓS-PARTO		KARATÉ		PILATES		KARATÉ KIDS		JIU-JITSU KIDS
		BODY PUMP		BODY BALANCE		JUMP		BARRIGA KILLER		STRETCHING			GESTANTES		JIU-JITSU		DANÇAS AFRO LATINAS		TAEKWON-DO KIDS		MOVE & DANCE BABY
		BODY ATTACK		BODY STEP		CROSS TRAINING		TREINO FUNCIONAL		TRX			YOGA		TAEKWON-DO		THE BIG ONE'S		MOVE & DANCE I		BALLET I
		SCHWINN CYCLING		ZUMBA FITNESS		FUNK							MTV DANCE		KICKBOXING		GINÁSTICA S&A		MOVE & DANCE II		BALLET II
																			STREET DANCE		MOVE & DANCE PLUS