

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
6h10 às 6h50	Adulto	Adulto	Adulto	Adulto	Adulto
6h50 às 7h30	Adulto	Adulto	Adulto	Adulto	Adulto
7h30 às 8h10	Adulto	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica
8h10 às 8h50	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
8h50 às 9h30	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
9h30 às 10h10	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
14h00 às 14h40	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
14h40 às 15h20	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
15h20 às 16h00	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil Hidroginástica	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil Hidroginástica	Adulto e Infantil
16h às 16h40	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
16h40 às 17h20	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
17h20 às 18h	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
18h às 18h40	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
18h40 às 19h20	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
19h20 às 20h	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica
	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
20h às 20h40	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
20h40 às 21h20	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil

Horário	Sábado
8h10 às 8h50	Adulto
8h50 às 9h30	Adulto e Infantil Hidroginástica
9h30 às 10h10	Adulto e Infantil
10h10 às 10h50	Adulto e Infantil
10h50 às 11h30	Adulto e Infantil
11h30 às 12h10	Adulto e Infantil

HORÁRIOS ADULTOS						
Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
7h00	Combat 45' Sala 1	Spinning 30' Sala 2	Step 30' Sala 1	Jump 45' Sala 1	Spinning 30' Sala 2	
7h30		Pump 60' Sala 1	Abdome 30' Sala 1		Pump 60' Sala 1	
7h45	Balance 45' Sala 1			Along. 30' Sala 1		
8h00			Ritmos Sala 1			
8h35	Spinning 30' Sala 2					
10h00						Pilates Solo 30' Sala 1
						Taekwondo Sala 5
10h30						Spinning 30' Sala 2
11h						Fit Dance Sala 1
16h	Pump 60' Sala 1		Pump 60' Sala 1			
17h	Spinning 30' Sala 2		Spinning 30' Sala 2			
18h30		Jiu Jitsu Sala 5		Jiu Jitsu Sala 5		
19h00	Step 30' Sala 1	Balance 45' Sala 1	Along. 30' Sala 1			
19h30	Glúteo 30' Sala 1		Spinning 30' Sala 2	Combat 45' Sala 1		
19h45		Jump 45' Sala 1				
20h00	Spinning 30' Sala 2		Abdome 30' Sala 1		Zumba Sala 1	
20h10		Muay Thai Sala 5		Muay Thai Sala 5		
20h15				Pump 60' Sala 1		
20h30	Ritmos Sala 1		Fit Dance Sala 1			

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
10h						Taekwondo Sala 5
10h15	Ginástica Artística Sala 5					
18h				Musculação Kids (8 a 15 anos) Sala4	Ginástica Artística Sala 5	
18h10	Circo Infantil 4 a 7 anos Sala 5		Circo Infantil 4 a 7 anos Sala 5			
18h30				Baby Class 3 a 6 anos Sala 3		
19h		Ballet 7 a 15 anos Sala 3	Ritmos Kids 4 a 11 anos Sala 3			
	Circo Infantil 8 a 15 anos Sala 5	Musculação Kids (8 a 15 anos) Sala4	Circo Infantil 8 a 15 anos Sala 5		Musculação Kids (8 a 15 anos) Sala4	
20h		Jazz Sala 3			Taekwondo Sala 5	