

HORÁRIOS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
6:10 às 6:50	Adulto	Adulto	Adulto	Adulto	Adulto
6:50 às 7:30	Adulto	Adulto	Adulto	Adulto	Adulto
7:30 às 8:10	Adulto	Adulto	Adulto	Adulto	Adulto
		Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica
8:10 às 8:50	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
8:50 às 9:30	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
9:30 às 10:10	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
14:00 às 14:40	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
14:40 às 15:20	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
15:20 às 16:00	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
16:00 às 16:40	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
16:40 às 17:20	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
17:20 às 18:00	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
18:00 às 18:40	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
18:40 às 19:20	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
19:20 às 20:00	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica
20:00 às 20:40	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil
20:40 às 21:20	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil	Adulto e Infantil

HORÁRIOS	SÁBADO
8:10 às 8:50	Adulto
8:50 às 9:30	Adulto
	Hidroginástica
9:30 às 10:10	Adulto e Infantil
10:10 às 10:50	Adulto e Infantil
10:50 às 11:30	Adulto e Infantil
11:30 às 12:10	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			

HORÁRIOS KIDS

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
10h						Taekwondo Sala 5
10h15	Ginástica Artística Sala 5					
18h					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				
	Circo Infantil 8 a 15 anos Sala 5	Musculação Kids (8 a 15 anos) Sala 4	Circo Infantil 8 a 15 anos Sala 5		Musculação Kids (8 a 15 anos) Sala 4	
20h		Jazz Sala 3				