

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO	
ESTÚDIO 1	08:30	PILATES 60M				YOGA 60M		
	09:00		YOGA 45M	PILATES 60M	YOGA 60M			
	09:30	YOGA 60M				PILATES 60M	09:30 BODY BALANCE 60M	
	09:45		FUNCIONAL 45M				10:45 YOGUITOS 60M BODY PUMP 60M	
	10:00				FUNCIONAL 30M		11:30 BOOTCAMP 60M	
	10:30	ZUMBA 60M		BODY BALANCE 60M		BODY PUMP 45M		
	10:45							
	11:30		POWER JUMP 60M	BOOTCAMP 60M	CXWORX 30M			
	18:00	GAP 45M	CXWORX 30M	POWER JUMP 60M	BODY PUMP 60M	PHIT 30M	17:45 CXWORX 30M	
	18:30		BODY COMBAT 60M			GAP 45M	18:15 POWER JUMP 45M	
	18:45	BODY PUMP 60M						
	19:00		BOOTCAMP 45M	ZUMBA 30M	CXWORX 30M			
	19:15					BODY JAM 45M		
	19:30		BODY JAM 60M	PHIT 30M	ATTACK 60M			
	19:45	POWER JUMP 45M						
	20:00			BODY PUMP 60M		BODY COMBAT 45M		
	20:30	ZUMBA 45M	PHIT 30M					
	20:45				BODY BALANCE 60M			
	21:00		BODY BALANCE 60M	PILATES 60M				
	ESTÚDIO 2	10:30		SPINNING 60M		SPINNING 60M	10:30 SPINNING 60M	
		18:30	SPINNING 60M	SPINNING 60M	SPINNING 60M	SPINNING 60M	12:00	SPINNING 60M
19:00					SPINNING 60M	18:30	SPINNING 60M	
19:30		SPINNING 60M	SPINNING 60M	SPINNING 60M	SPINNING 60M			
PISCINA	10:30	HIDRO GINÁSTICA 60M	HIDRO GINÁSTICA 60M	HIDRO BIKE 60M	HIDRO GINÁSTICA 60M	HIDRO BIKE 60M	9:40 ESTRELAS DO MAR 30M	
	18:00	NATAÇÃO 40M	HIDRO BIKE 60M	NATAÇÃO 40M	HIDRO BIKE 60M	NATAÇÃO 40M	10:20 ESTRELAS DO MAR 30M	
	18:40	NATAÇÃO 40M	HIDRO BIKE 60M	NATAÇÃO 40M	HIDRO BIKE 60M	NATAÇÃO 40M	11:00 NATAÇÃO 40M	
	18:40	NATAÇÃO ADULTOS		NATAÇÃO ADULTOS		NATAÇÃO ADULTOS	11:45 NATAÇÃO 40M	
	19:30	HIDRO GINÁSTICA 60M	HIDRO GINÁSTICA 60M		HIDRO HIIT 60M	ESTRELAS DO MAR 30M	17:30 HIDRO GINÁSTICA 60M	