



HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS



VIVAGYM SHOPPING CIDADE DO PORTO

INÍCIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
07:30	GAP	FIT MOVES	PILATES		BODYPUMP		
09:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
10:00					BODYBALANCE		
10:00	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
11:00							VIRTUAL CYCLING
11:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
12:00							VIRTUAL CYCLING
12:15							
12:30							
12:30							
12:45		POWERWOD	3B				
12:45					FIT MOVES		
13:00						VIRTUAL CYCLING	
13:15	PILATES	BODYPUMP		RPM			
13:30					BODYBALANCE		
14:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
15:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
16:00	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
16:30	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
17:00	ABS	ABS	ABS	ABS	ABS		
17:30							
17:45	POWERWOD						
17:45	3B		ZUMBA				
18:00	ABS	ABS	ABS				
18:00		PILATES					
18:15							
18:30	BODYBALANCE				YOGA		
18:30	CYCLING				RPM		
18:45		BODYPUMP	BODYPUMP				
19:00							
19:15				PILATES			
19:30			BODYBALANCE				
19:45	BODYPUMP	DANÇAS					

FITDRINK

O PODER DE SENTIR COMO
MELHORAR O TEU RENDIMENTO

SEM CALORIAS

3 SABORES
DIFERENTES

SEM AÇÚCARES

DESDE
3,90€
Antes 4,90€

A TUA ÁGUA VITAMINADA

*Promoção válida apenas em alguns dos nossos clubes. Consulta as condições da promoção e os clubes aderentes em nosso blog.

- > A VIVAGYM RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORARIO 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	FORÇA	FUNCIONAL
CYCLING	DANÇAS	ABS	CYCLING VIRTUAL

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