



MAPA DE AULAS VIVAGYM ODIVELAS



INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:15		VIRTUAL CYCLING E2 45'			VIRTUAL CYCLING E2 45'		
07:15	CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'		CYCLING E2 45'			
07:30			VIRTUAL CYCLING E2 45'				
08:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'						
09:00		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
09:15	PILATES E1 45'						
09:30		YOGA E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	YOGA E1 45'		PILATES E1 45'	
09:30			V-MIND E1 45'				
09:45					PILATES E1 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'
10:00	CYCLING E2 45'					V-BOXING TOS 30'	V-POWER E1 45'
10:30		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'			
10:30						ZUMBA E1 45'	
10:45						CYCLING E2 30'	
11:00					VIRTUAL CYCLING E2 45'		CYCLING E2 30'
11:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'			V-POWER E1 45'	
12:00		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-FIGHT E1 45'
12:30							VIRTUAL CYCLING E2 45'
12:45		V-BOXING TOS 30'					
13:00	V-POWER E1 45'		CYCLING E2 30'	V-FIGHT E1 30'	V-BOXING TOS 30'		
13:30		CROSS WOD BOX 30'	3B E1 30'				
14:00				VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	
14:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'
15:00		VIRTUAL CYCLING E2 45'					
15:30				VIRTUAL CYCLING E2 45'			
16:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'			VIRTUAL CYCLING E2 45'	
16:30					VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'
17:00		VIRTUAL CYCLING E2 45'					
17:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'				
17:45				V-POWER E1 45'			
18:00		V-BURN E1 45'			VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	
18:00					V-BOXING TOS 30'		
18:15		V-BOXING TOS 30'	V-POWER E1 30'				
18:15	V-POWER E1 30'	CYCLING E2 45'		HYBRID WOD BOX 30'			
18:30			CYCLING E2 45'				VIRTUAL CYCLING E2 45'
18:45					V-POWER E1 45'		
19:00				V-FIGHT E1 45'			
19:00	CYCLING E2 30'	V-FIGHT E1 45'	V-BURN E1 45'	CYCLING E2 45'			
19:15	V-BURN E1 30'	CYCLING E2 45'	HYBRID WOD BOX 30'	CROSS WOD BOX 30'			
19:30					CYCLING E2 45'		
19:45			CYCLING E2 45'	V-MIND E1 45'	YOGA E1 45'		
20:00	CYCLING E2 45'	V-POWER E1 30'	PILATES E1 45'	CYCLING E2 30'			
20:15	YOGA E1 45'						
20:45							
21:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	3B E1 30'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'		
21:00		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'			



O MELHOR PRESENTE, CONTINUAR EM MOVIMENTO
BOAS FESTAS!



- A VIVAGYM RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORÁRIO POR RAZÕES EXTERNAS.
- O USO DE TOALHA É OBRIGATORIO.
- NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APÓS 5 MINUTOS DO INÍCIO DA AULA.

CORPO E MENTE	CARDIO	CYCLING	TONIFICAÇÃO
CORPO E MENTE VIRTUAL	CARDIO VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	TONIFICAÇÃO VIRTUAL
FUNCIONAL	COREOGRAFIA	ABDOMINAIS	

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM www.vivagym.pt OU APP