



MAPA DE AULAS

VIVAGYM COIMBRA

FECHA INICIO: 1/12



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



NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APÓS 5 MINUTOS DO INÍCIO DA AULA.

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

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