



MAPA DE AULAS

VIVAGYM BARREIRO



FECHA INICIO: 1/12

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00							
07:15	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 45'					
08:00	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S		
09:00	VIRTUAL CYCLING E2 30'						
09:30		V-POWER E1 30'	V-BURN E1 30'				ZUMBA E1 45'
10:15	V-MIND E1 45'	CYCLING E2 30'	PILATES E1 45'	CYCLING E2 30'	PILATES E1 45'	V-POWER E1 45'	V-MIND E1 45'
12:00	VIRTUAL CYCLING E2 30'						
13:00	V-POWER E1 30'	GAP E1 30'	V-POWER E1 30'	GAP E1 30'	HYBRID WOD BO X		
13:30							
14:00	VIRTUAL CYCLING E2 30'						
15:30	VIRTUAL CYCLING E2 30'						
17:00	VIRTUAL CYCLING E2 30'						
18:00	CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	VIRTUAL CYCLING E2 30'	
18:15	HYBRID WOD BO X		HYBRID WOD BO X				
18:30	V-POWER E1 30'	ZUMBA E1 45'	V-POWER E1 45'	V-MIND E1 45'	V-FIGHT E1 45'		
19:00	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'		
19:15		HYBRID WOD BO X					
19:30		PILATES E1 45'	V-BURN E1 45'	V-FIGHT E1 45'	V-POWER E1 45'		
20:30	PILATES E1 45'	V-POWER E1 30'	ZUMBA E1 45'	V-POWER E1 45'			
21:30	VIRTUAL CYCLING E2 30'						

O MELHOR
PRESENTE:
CONTINUAR EM MOVIMENTO

BOAS FESTAS!



A VIVAGYM RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORARIO POR RAZOES EXTERNAS.



O USO DE TOALHA E OBRIGATORIO.



NÃO PODERA ENTRAR NA SALA APÓS 5 MINUTOS DO INICIO DA AULA.

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