



# MAPA DE AULAS



## VIVAGYM TAVIRA

FECHA INICIO: 1/1

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:15		CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'			
08:00	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S		
08:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	PILATES E1 45'			
09:00		PILATES E1 45'					VIRTUAL CYCLING E2 45'
09:30	FIT MOVES E1 30'		GAP E1 30'		FIT MOVES E1 30'	CYCLING E2 45'	
09:45				V-POWER E1 45'			
10:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	PILATES E1 45'	
10:30	PILATES E1 45'		PILATES E1 45'		PILATES E1 45'		
11:00	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S	GAP TO S	E1 30' VIRTUAL CYCLING E2 45'
12:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'						
12:45		PILATES E1 45'					
16:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'						
17:30	PILATES E1 45'	PILATES E1 45'	GAP E1 30'	PILATES E1 45'	V-BURN E1 30'		
18:00	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S	ABS TO S		
18:30	V-POWER E1 45'	CROSS WOD E1 45'	CYCLING E2 45'				
18:30			PILATES E1 45'		PILATES E1 45'		
19:00	CYCLING E2 45'			V-POWER E1 45'	CYCLING E2 45'		
19:15		CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'			
19:30			V-BURN E1 30'				
20:00				CROSS WOD E1 45'			
20:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'						



TREINAR  
MUDA  
*TUDO*




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	