



MAPA DE AULAS VIVAGYM ANTAS



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



TREINAR MUDA

→ * * **TUDO**



A VIVAGYM RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORÁRIO POR RAZÕES EXTERNAS.



O USO DE TOALHA É OBRIGATORIO.



NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APOS 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	

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