



MAPA DE AULAS VIVAGYM SACAVÉM



INICIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
06:30	VIRTUAL CYCLING E2 30'						
07:00	VIRTUAL CYCLING E2 30'						
07:00	V-POWER E1 45'	V-CROSS BOX 30'	V-POWER E1 30'	GAP E1 45'	CYCLING E2 45'		
07:45		V-HYBRID BOX 30'	CYCLING E2 30'				
08:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
09:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'						
10:00	ABS TOS 15'	V-POWER E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'				
10:15	GAP E1 45'	V-MIND E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	STRETCHING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
11:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'				
12:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-YOGA E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'				
13:15	V-POWER E1 45'	CYCLING E2 45'	GAP E1 45'	CYCLING E2 45'	V-BURN E1 45'		
14:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'						
15:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'						
16:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'						
17:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'						
17:00	ABS TOS 15'						
18:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
18:00	CYCLING E2 45'	V-MIND E1 45'	V-POWER E1 45'	V-POWER E1 45'	GAP E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
18:15	V-CROSS BOX 30'			V-CROSS BOX 30'			
18:45	ABS TOS 15'						
19:00	V-HYBRID BOX 30'	CYCLING E2 45'	V-BURN E1 45'	V-HYBRID BOX 30'	CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
19:00	V-POWER E1 45'	ZUMBA E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	ZUMBA E1 45'	V-MIND E1 45'		
19:30	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 30'	ABS TOS 15'		
20:00	CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'					
20:15		VIRTUAL CYCLING E2 45'					

QUERER-SE MAIS COMEÇA AQUI

Reserva a tua aula na App VivaGym

- 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	