



MAPA DE AULAS VIVAGYM LOURES



INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
06:45		CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'			
07:00	V-POWER E3 30'	V-BOXING TOS 30'	V-POWER E1 45'		FIT MOVES E1 45'		
07:30					V-BOXING OUT 30'		
08:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 30'	ABS TOS 30'		
09:30							FIT MOVES E1 45'
09:45						V-BURN E1 30'	
10:00		PILATES E1 45'			PILATES E1 45'		
10:30	FIT MOVES E1 45'		FIT MOVES E1 45'	V-YOGA E1 45'		CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'
10:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
11:30						V-YOGA E1 45'	
13:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
13:00	V-POWER E1 45'	V-BURN E2 45'	PILATES E1 45'	V-POWER E1 45'	V-METCON OUT 30'		
13:15			CYCLING E2 45'				
17:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	
17:45	V-BOXING TOS 30'				V-BURN E2 30'		
18:30	V-FIGHT E1 45'	CYCLING E2 45'			PILATES E1 45'		
18:30		DANCE E1 45'		DANCE E1 45'			
18:45	CYCLING E2 45'	V-METCON BOX 30'	V-POWER E2 45'				
18:45			CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'		
19:00				V-YOGA E1 45'			
19:30	V-POWER E1 45'	V-POWER E1 45'					
19:40			V-FIGHT E2 30'		V-POWER E1 45'		
19:45	CYCLING E2 45'			CYCLING E2 45'			
20:00	ABS E2 45'						
20:30	V-YOGA TOS 15'		V-YOGA E1 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	CARDIO	CYCLING	TONIFICAÇÃO
CORPO E MENTE VIRTUAL	CARDIO VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	TONIFICAÇÃO VIRTUAL
FUNCIONAL	COREOGRAFIA	ABDOMINAIS	

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