

Mapa de aulas Faro_Outubro_20

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:05	45' ESTÚDIO 1 Body Pump	45' ESTÚDIO 1 Body Attack	45' ESTÚDIO 1 Body Combat	45' ESTÚDIO 1 Power Jump	45' ESTÚDIO 3 Cycle		
09:20	30' ESTÚDIO 1 Body Combat	30' ESTÚDIO 1 Body Pump	30' ESTÚDIO 1 Power Jump	30' ESTÚDIO 1 Body Attack	30' ESTÚDIO 1 Hiit		
10:05	45' ESTÚDIO 2 Body Balance	30' ESTÚDIO 1 Abdominais	45' ESTÚDIO 1 Yoga	30' ESTÚDIO 1 Abdominais 30' ESTÚDIO 3 Cycle	45' ESTÚDIO 2 Pilates	45' ESTÚDIO 1 Body Pump	
10:15							30' ESTÚDIO 3 Body Attack
11:05							30' ESTÚDIO 3 Cycle
11:10						45' ESTÚDIO 1 Body Balance	
13:05		60' ESTÚDIO 1 Pilates		60' ESTÚDIO 1 Pilates			
13:20	30' ESTÚDIO 1 Body Attack		30' ESTÚDIO 1 Body Pump		30' ESTÚDIO 1 Body Pump		
17:30	60' ESTÚDIO 1 Body Pump	30' ESTÚDIO 1 Power Jump	30' ESTÚDIO 1 Body Attack 30' ESTÚDIO 2 Pilates 30' ESTÚDIO 1 Total	30' ESTÚDIO 1 Body Attack	45' ESTÚDIO 2 Pilates		
18:15					30' ESTÚDIO 1 Body Pump		
18:20	45' ESTÚDIO 2 Pilates 30' ESTÚDIO 1 Step	30' ESTÚDIO 1 Bunda 30' ESTÚDIO 3 Cycle	30' ESTÚDIO 1 Power Jump	30' ESTÚDIO 3 Cycle 30' ESTÚDIO 1 Zumba			
19:10	45' ESTÚDIO 2 Crosstraining 30' ESTÚDIO 1 Hiit	30' ESTÚDIO 1 Body Pump	45' ESTÚDIO 2 Crosstraining 30' ESTÚDIO 1 Hiit	30' ESTÚDIO 1 Bunda 30' ESTÚDIO 3 Cycle 45' ESTÚDIO 2 Pilates	45' ESTÚDIO 1 Power Jump		
20:20	45' ESTÚDIO 3 Cycle 30' ESTÚDIO 1 Total	45' ESTÚDIO 1 Yoga	45' ESTÚDIO 3 Cycle	30' ESTÚDIO 1 Power Jump	45' ESTÚDIO 1 Body Combat		