

Mapa de aulas Barreiro_Novembro_20

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15	45' ESTÚDIO 1 Body Pump	30' ESTÚDIO 1 Bunda		45' ESTÚDIO 2 Cycle			
09:00				30' ESTÚDIO 1 Body Pump			
09:10						30' ESTÚDIO 1 Postura & Alongamentos	
09:20	30' ESTÚDIO 1 Bunda	30' ESTÚDIO 2 Postura & Alongamentos					
09:30			30' ESTÚDIO 1 Step Coreografado				
10:00	30' ESTÚDIO 2 Pilates		30' ESTÚDIO 2 Pilates	45' ESTÚDIO 1 Zumba	30' ESTÚDIO 2 Pilates		30' ESTÚDIO 1 Step Coreografado
10:05		30' ESTÚDIO 1 Total			30' ESTÚDIO 1 Hiit		
10:15						45' ESTÚDIO 1 Body Pump	
10:40							30' ESTÚDIO 2 Body Balance
10:50	30' ESTÚDIO 2 Pilates	30' ESTÚDIO 2 Cycle	30' ESTÚDIO 2 Pilates	30' ESTÚDIO 2 Cycle	30' ESTÚDIO 2 Pilates	30' ESTÚDIO 2 Spinning	30' ESTÚDIO 1 Zumba
11:40						30' ESTÚDIO 2 Cycle	
13:10	30' ESTÚDIO 1 Hiit	30' ESTÚDIO 2 Cycle	30' ESTÚDIO 1 Body Pump		30' ESTÚDIO 2 Body Balance		
					30' ESTÚDIO 1 Total		
17:20			30' ESTÚDIO 1 Hiit				
18:00	30' ESTÚDIO 1 Cx Worx		30' ESTÚDIO 2 Postura & Alongamentos	30' ESTÚDIO 2 Cycle			
	30' ESTÚDIO 2 Spinning						
18:10		30' ESTÚDIO 2 Hiit					
18:20		30' ESTÚDIO 1 Body Pump	30' ESTÚDIO 1 Cx Worx				
18:25				45' ESTÚDIO 1 Pilates	30' ESTÚDIO 1 Bunda		
18:50	30' ESTÚDIO 2 Pilates						
19:05		30' ESTÚDIO 1 Bunda	30' ESTÚDIO 2 Spinning		30' ESTÚDIO 2 Cycle		
19:10		30' ESTÚDIO 1 Step Coreografado	30' ESTÚDIO 1 Yoga				
19:15	30' ESTÚDIO 1 Body Pump				30' ESTÚDIO 1 Zumba		
19:30				30' ESTÚDIO 1 Body Pump			
19:50				30' ESTÚDIO 2 Cycle			
20:00	30' ESTÚDIO 2 Cycle	30' ESTÚDIO 2 Cycle	30' ESTÚDIO 1 Total				