

Mapa de aulas Seixal_Setembro_20



Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:30	30' ESTÚDIO 1 Total	30' ESTÚDIO 3 Cycle	30' ESTÚDIO 1 Bunda	30' ESTÚDIO 3 Cycle	30' ESTÚDIO 1 Body Balance		
09:00	50' ESTÚDIO 2 Pilates						
09:30						50' ESTÚDIO 3 Cycle	
						50' ESTÚDIO 1 Pilates	
10:00	60' ESTÚDIO 1 Yoga		60' ESTÚDIO 1 Yoga				
10:30						30' ESTÚDIO 2 Bunda	50' ESTÚDIO 1 Pilates
11:30						50' ESTÚDIO 1 Zumba	30' ESTÚDIO 2 Bunda
11:50						60' ESTÚDIO 2 Yoga	
12:45	30' ESTÚDIO 1 Bunda		30' ESTÚDIO 1 Body Balance				
13:15		30' ESTÚDIO 3 Cycle		30' ESTÚDIO 1 Body Pump	30' ESTÚDIO 3 Cycle		
18:15				30' ESTÚDIO 2 Zumba	30' ESTÚDIO 1 Body Pump		
18:30	30' ESTÚDIO 2 Bunda	30' ESTÚDIO 2 Total	30' ESTÚDIO 1 Step	30' ESTÚDIO 1 Bunda			
	30' ESTÚDIO 3 Cycle						
18:45					50' ESTÚDIO 2 Pilates		
19:10	50' ESTÚDIO 1 Body Pump	30' ESTÚDIO 1 Power Jump	30' ESTÚDIO 2 Body Attack	30' ESTÚDIO 2 Postura & Alongamentos	30' ESTÚDIO 1 Power Jump		
19:30			50' ESTÚDIO 1 Body Pump		30' ESTÚDIO 3 Cycle		
20:00				60' ESTÚDIO 2 Yoga			
20:15		30' ESTÚDIO 3 Cycle		30' ESTÚDIO 3 Cycle			
20:30		30' ESTÚDIO 1 Zumba					