



AGENDAMENTO: 99939-1117 / SEGUNDA À SEXTA: 07:00 ÀS 20:00

SÁBADO: 07:00 ÀS 17:00 H

DOMINGO E FERIADO: 07:00 ÀS 11:00 h

LOCAIS	MODALIDADES	IDADE	DURAÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
ACADEMIA	JUMP	acima 15 anos	45'	19:00		19:00			
	SPINNING	acima 15 anos	45'	07:00 16:00 19:00	07:00 16:00 19:00	07:00 16:00 19:00	07:00 16:00 19:00	07:00 16:00 19:00	
QUADRA	TREINAMENTO FUNCIONAL	acima 15 anos	50'	08:30	19:00	08:30	19:00		
SEDE SOCIAL	BALLET FITNESS ADULTO	acima 15 anos	45'	18:15		18:15			
	PILATES	acima 15 anos	50'	07:30	18:30	15:00			
	YOGA	acima 15 anos	50'		18:30	07:30	18:30		
	ZUMBA	acima 15 anos	50'	09:30 19:30		09:30 19:30			09:30
	ZUMBA GOLD	acima 15 anos	50'		16:00		16:00		