

# GINÁSIO

FREGUESIA DE AVENIDAS NOVAS



## SALA AULAS DE GRUPO 2020/21

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
10h15 - 11h00	Localizada		Localizada		Localizada
11h15 - 12h00	Alongamentos		Pilates		Pilates
12h15 - 13h00	Box Funcional		Box Funcional		Box Funcional
13h15 - 14h00	HIIT		Cycle	GAP	HIIT
18h00 - 18h45		Cycle	Pilates	Localizada	Pilates 18h00 - 18h45
19h00 - 19h45		Treino Funcional	Power Fit	Cycle	Power Fit 18h45 - 19h30

Cristina

Rute

Rui

Hélder