

MAPA DE AULAS 2025

2ª FEIRA

12.45 45 MIN
ESTÚDIO1



17.45 45 MIN
ESTÚDIO1/2

fisic&MENTE

18.30 50 MIN
ESTÚDIO1



19.30 45 MIN
ESTÚDIO4

fisicCYCLING

20.15 50 MIN
ESTÚDIO1



3ª FEIRA

12.45 45 MIN
Sala Musculação

fisicAIR

17.45 45 MIN
ESTÚDIO1

AEROMIX

17.45 45 MIN
ESTÚDIO2



18.30 45 MIN
ESTÚDIO4



18.30 50 MIN
ESTÚDIO1



18.30 50 MIN
ESTÚDIO2



19.30 45 MIN
ESTÚDIO1



19.30 45 MIN
ESTÚDIO2



PILATES CLÁSSICO

20.15 25 MIN
ESTÚDIO1

fisicSUNDA

20.45 45 MIN
ESTÚDIO1



4ª FEIRA

12.45 45 MIN
ESTÚDIO2

PILATES CLÍNICO

17.45 45 MIN
ESTÚDIO1/2

PILATES CLÍNICO

17.45 30 MIN
ESTÚDIO1



18.30 50 MIN
ESTÚDIO1



18.30 45 MIN
ESTÚDIO4

fisicCYCLING

19.30 50 MIN
ESTÚDIO1



5ª FEIRA

12.45 45 MIN
Sala Musculação

hiit45

17.45 45 MIN
ESTÚDIO1/2

PILATES CLÁSSICO

18.30 50 MIN
ESTÚDIO1



18.30 50 MIN
ESTÚDIO2



19.30 45 MIN
ESTÚDIO4



19.30 45 MIN
ESTÚDIO1



20.15 25 MIN
ESTÚDIO1

fisicSUNDA

20.45 45 MIN
ESTÚDIO1



6ª FEIRA

12.45 45 MIN
ESTÚDIO4

fisicCYCLING

18.30 50 MIN
ESTÚDIO1



19.30 50 MIN
ESTÚDIO1



20.30 50 MIN
ESTÚDIO1/2



SÁBADO

10.30 90 MIN
Sala Musculação

hiit90

- MARQUE A SUA AULA NA APP SPORTSGO
- CHEGUE 5 MIN ANTES DO INÍCIO DA AULA
- RESPEITE O HORÁRIO DO INÍCIO E FIM DA AULA
- APÓS 5 MINUTOS DO INÍCIO DA AULA E CASO HAJAM VAGAS DISPONÍVEIS PODEM ENTRAR OS SUPLENTES
- AS AULAS DE GRUPO REALIZAM-SE COM UM MÍNIMO DE 3 ALUNOS