Mapa de Aulas de Grupo

Horas	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
MANHÃ		8h30 - 9h15 HIDRO PISCINA Prof Sara Ventura		8h30 - 9h15 HIDRO PISCINA Prof Sara Ventura		
	9h00 - 9h30 TOTAL Prof. Liliana Romão		9h00 - 9h45 ZUMBA fitness Prof. Paula Martinho	9h00 - 9h45 Pilates Prof. Liliana Romão	9h00 - 9h45 LOCALIZADA Prof. Liliana Romão	
	9h00 - 09h45 HIDRO PISCINA Prof Nadine Gregório	9h15 - 10h00 HIDRO PISCINA Prof Sara Ventura	10h00 - 11h00 UNIVERSIDADE SÉNIOR	9h15 - 10h00 HIDRO PISCINA Prof Sara Ventura		
HORA DE ALMOÇO			12h00 - 13h00 Yoga Prof Jorge Moreira		12h00 - 13h00 Yoga Prof Jorge Moreira	
				13h00 - 13h30 HIIT Prof. Paula Martinho		
				17h00 - 18h00 HIP HOP KIDS		
		18h00 - 18h45 Localizada Prof. Paula Martinho	18h00 - 18h30 CORE Prof. Paula Martinho			
	18h40 - 19h25 PUMP Prof. Telmo Rodrigues	18h45 - 19h30 STRONG Prof. Paula Martinho	18h40 - 19h10 BUMBUM Prof. Paula Martinho	18h45 - 19h15 CORE Prof. Diogo Pinheiro	18h40 - 19h25 Pilates Prof. Vera Coelho	
	19h30 - 20h00 HIIT Prof. Telmo Rodrigues	19h30 - 20h00 ZUMBA fitness Prof. Paula Martinho	19h15 - 20h00 Corpo & Mente Prof. Paula Martinho	19h20 - 19h50 HIIT Prof. Diogo Pinheiro	19h30 - 20H00 STEP Prof. Vera Coelho	
	20h00 - 20h45 HIDRO PISCINA Prof. Joana Rosa		20h00 - 20h45 HIDRO PISCINA Prof Joana Rosa		20h00 - 20h45 HIDRO PISCINA Prof Vera Coelho	

LEGENDA:

- Treino metabólico
- Tonificação
- Dança
- Holísticas
- Hidroginástica
- Aulas de KIDS

Lotação dos espaços:

Sala de grupo - 14 vagas

Pavilhão - 40 vagas

Piscina - 35 vagas