



**MUSCULAÇÃO**  
SEG-SEX 06H ÀS 22H | SÁB 8H ÀS 14H



**ATIVIDADES COLETIVAS**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
07:30	SPINNING PROF. THIAGO  FUNCIONAL PROF. LUIS FELIPE	LOCAL PROF. THIAGO	SPINNING PROF. THIAGO  FUNCIONAL PROF. LUIS FELIPE	LOCAL PROF. THIAGO	SPINNING PROF. THIAGO  FUNCIONAL PROF. LUIS FELIPE
08:30	SPINNING PROF. THIAGO  ALONGAMENTO PROF. LUIS FELIPE	LOCAL PROF. THIAGO  YOGA PROF. VINÍCIUS	SPINNING PROF. THIAGO  ALONGAMENTO PROF. LUIS FELIPE	LOCAL PROF. THIAGO  YOGA PROF. VINÍCIUS	SPINNING PROF. THIAGO  ALONGAMENTO PROF. LUIS FELIPE
09:30	LOCAL PROF. CLÁUDIA		LOCAL PROF. CLÁUDIA		LOCAL PROF. CLÁUDIA
17:00		MUAY THAI PROF. LUIS G		MUAY THAI PROF. LUIS G	
18:00	LOCAL PROF. THIAGO	LOCAL PROF. DANI	LOCAL PROF. THIAGO	LOCAL PROF. DANI	LOCAL PROF. THIAGO
19:00	SPINNING PROF. THIAGO	SPINNING PROF. DANI	SPINNING PROF. THIAGO	SPINNING PROF. DANI	SPINNING PROF. THIAGO



**PRAIA CROSS**  
SEG - SEX 06H - 20H SÁB 9H

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
06:30	PROF. FÁBIO	PROF. JOICE	PROF. FÁBIO	PROF. JOICE	PROF. FÁBIO	
07:30	PROF. FÁBIO	PROF. JOICE	PROF. FÁBIO	PROF. JOICE	PROF. FÁBIO	
09:00						ESCALA
14:00	PROF. ARMANDO		PROF. ARMANDO			
18:00	PROF. JOICE		PROF. PIERRE		PROF. PIERRE	
19:00	PROF. JOICE	PROF. EDUARDO	PROF. PIERRE	PROF. EDUARDO	PROF. PIERRE	
20:00		PROF. EDUARDO		PROF. EDUARDO		