

GINÁSTICA / DANÇAS / LUTAS

ABRIL / 24

Duração das aulas: 40 minutos / Reserva obrigatória pelo aplicativo FITI / Água Vida Academia: liberada 24 hs antes do início da aula

		SEGUNDA				TERÇA				QUARTA				QUINTA				SEXTAS	
		Sala Bike		Sala Ginastica		Sala Lutas		Sala Ginastica		Sala Bike		Sala Ginastica		Sala Lutas		Sala Ginastica		Sala Ginastica	
		Ativ	Prof	Ativ	Prof	Ativ	Prof	Ativ	Prof	Ativ	Prof	Ativ	Prof	Ativ	Prof	Ativ	Prof	Ativ	Prof
MANHA	05:50																		
	06:35	BIKE	Gerson					Funcional	Thiago	BIKE	Gerson					Funcional	Thiago		
	07:20	BIKE	Gerson	Fit Dance Life	Julio	Muay Thai	Thiago	LOCAL	Leca	BIKE	Gerson	Fit Dance Life	Julio	Muay Thai	Thiago	LOCAL	Leca		
	08:05	BIKE	Gerson	Fit Dance	Julio			Zumba	Leca	BIKE	Gerson	Fit Dance	Julio			Zumba	Leca		
	08:50			STEP	Gerson			Alongamento	Leca			STEP	Gerson			Alongamento	Leca		
	09:35			PILATES	Gerson			Fit Dance	Vitor			PILATES	Gerson			Fit Dance	Vitor		
10:20			PILATES	Gerson			Alongamento	Vitor			PILATES	Gerson			Alongamento	Vitor			
TARDE	14:15							Alongamento	Rapha							Alongamento	Rapha		
	15:00	BIKE	Tati	Zumba	Leca					BIKE	Tati	Zumba	Leca						
	15:45			STEP	Tati							STEP	Tati						
	16:30			LOCAL	Tati			Fit Dance Life	Edu			LOCAL	Tati			Fit Dance Life	Edu	Ritmos	Mayara
	17:15			PILATES	Tati			Fit Dance	Edu			PILATES	Tati			Fit Dance	Edu		
NOITE	18:05	BIKE	Cintia	Funcional	Keli	Muay Thai	Thiago	Xplode 45	Wend	BIKE	Cintia	Funcional	Keli	Muay Thai	Thiago	Xplode 45	Wend	Zumba	Mayara
	18:50	BIKE	Keli	JUMP	Cintia			Ritmos	Wend	BIKE	Keli	JUMP training	Cintia			STEP	Wend		
	19:35	BIKE	Keli	COMBATE	Cintia	Muay Thai	Thiago	STEP	Wend	BIKE	Keli	COMBATE	Cintia	Muay Thai	Thiago	Ritmos	Wend		
	20:20	BIKE	Cintia	Fit Dance Life	Edu	Muay Thai	Thiago	PILATES	Wend	BIKE	Cintia	Fit Dance Life	Edu	Muay Thai	Thiago	PILATES	Wend		
	21:05			Fit Dance	Edu							Fit Dance	Edu						

SABADO 11:40 às 12:40 Danças

