



Novos Horários das Aulas Coletivas.

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB/ FERIA.
CICLISMO INDOOR	06:15 07:00 18:30 19:30	08:00 18:30 19:30	06:15 07:00 18:30 19:30	08:00 18:30 19:30	06:15 07:00 18:30 19:30	10:00
ART LOCAL	19:30		19:30		19:30	
ART STEP		07:00 19:15		07:00 19:15		
ABDOMINAL	18:30	20:15	18:30	20:15	18:30	11:00
ART RUNNING		06:20 19:15		06:20 19:15		
TREINAMENTO FUNCIONAL		18:30		18:30		
JUMP	18:50		18:50		18:50	
MAT PILATES		07:00 18:30		07:00 18:30		
Studio de Pilates	07:00 08:00 18:00 19:00	08:00 17:30 19:30	07:00 08:00 18:00 19:00	08:00 17:30 19:30	07:00 08:00 18:00 19:00	

	SEG	TER	QUA	QUI	SEXT	Sáb
NATAÇÃO	06:30 Adulto	06:00 Adulto	06:30 Adulto	06:00 Adulto	06:30 Adulto	
	07:15 Adulto	06:45 Adulto/ master	07:15 Adulto	06:45 Adulto/ master	07:15 Adulto	
	08:00 Infantil (5 a 12)	7:30 Teen (acima de 13 anos)	08:00 Infantil (5 a 12)	7:30 Teen (acima de 13 anos)	08:00 Infantil (5 a 12)	09. às 11.
	18:15 Teen (Acima de 13 anos)	18:15 Infantil (5 a 12 anos)	18:15 Teen (Acima de 13 anos)	18:15 Infantil (5 a 12 anos)	18:15 Teen (Acima de 13 anos)	
	19:00 Adulto	19:00 Adulto	19:00 Adulto	19:00 Adulto	19:00 Adulto	
	19:45 Adulto	19:45 Adulto	19:45 Adulto	19:45 Adulto	19:45 Adulto	

Indoor: Bruno, Estela. **Art Local:** Eduardo e Klyscia.

Art Step: Iram. **Abdominal:** Eduardo e Klyscia.

Art Running: Gustavo e Osmar.

Treinamento Funcional: Eduardo. **Jump:** Eduardo.

Mat Pilates: Regiane. **Natação:** Ana Paula e Suyane.

Natação aos Sábados das 09 às 11 raia livre.