

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
06:15							
07:15	45' ESTÚDIO 3 N3 SA **Circuito**						
08:00							
09:00							
09:15							
09:30							
10:00							
10:15							
10:30							
11:00	45' ESTÚDIO 2 N2 SA **Zumba**		45' ESTÚDIO 2 N2 SA **Les Mills Dance**		45' ESTÚDIO 1 N2 SA **Zumba**		45' ESTÚDIO 2 N2 SA **Zumba**
11:15							
11:30						45' ESTÚDIO 2 N2 SA **Les Mills Dance**	
11:45							
12:00							
12:15							
12:30							
12:45							
13:00							
15:00		45' ESTÚDIO 1 N3 SA **Ginástica Global**		45' ESTÚDIO 1 N3 SA **Ginástica Global**			
15:45							
16:00							
17:30							
18:15							
18:30		45' ESTÚDIO 1 N2 SA **Les Mills Dance**					
19:00							
19:15							
19:30				45' ESTÚDIO 1 N2 SA **Les Mills Dance**			
20:15					30' ESTÚDIO 2 N3 SA **Circuito**		

LEGENDA:

N1 Nível 1 | N2 Nível 2 | N3 Nível 3 | SB Smart Balance | SA Smart Age

N4 Nível 4 | N5 Nível 5 | SF Smart Fit | SW Smart Weight

INFORMAÇÕES:

A Solinca reserva-se ao direito de livremente modificar as atividades e horários.
Mais informações na receção do Clube.