

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
06:15		45' ESTÚDIO 1 N3 SF **Localizada**					
07:15			45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Les Mills Body Pump**		45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Localizada**		
08:00							
09:00							
09:15		30' ESTÚDIO 3 N3 SF **Localizada**	30' ESTÚDIO 2 N2 SF **GAP**	45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Localizada**			45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Les Mills Body Pump**
09:30							
10:00	45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Localizada**				45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Localizada**		
10:15			45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Les Mills Body Pump**				
10:30						55' ESTÚDIO 3 N3 SF **Les Mills Body Pump**	
11:00							
11:15							
11:30							
11:45						30' ESTÚDIO 1 N2 SF **GAP**	
12:00							
12:15					30' ESTÚDIO 2 N4 SF **TRX BOOTCAMP**		
12:30							
12:45		45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Les Mills Body Pump**		45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Les Mills Body Pump**			
13:00							
15:00							
15:45							
16:00			45' ESTÚDIO 2 N3 SF **Localizada**				
17:30				45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Les Mills Body Pump**		45' ESTÚDIO 1 N3 SF **Localizada**	
18:15							
18:30	45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Les Mills Body Pump**	30' ESTÚDIO 3 N2 SF **GAP**	45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Les Mills Body Pump**		45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Les Mills Body Pump**		
19:00							
19:15							
19:30		45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Localizada**	30' ESTÚDIO 2 N2 SF **GAP**				
20:15	30' ESTÚDIO 3 N2 SF **GAP**		45' ESTÚDIO 3 N3 SF **Localizada**				

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.