

Mapa de Aulas Solinca Constituição

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
06:45							
07:00							
07:15					45' ESTÚDIO 1 TOTAL CONDICIONAMENTO N3 SA		
08:00							
09:00							
09:15							
09:30							
10:00					45' ESTÚDIO 2 AERODANCE N2 SA		
10:30							45' ESTÚDIO 2 Zumba N2 SA
11:00			45' ESTÚDIO 2 AERODANCE N2 SA				
11:30							
12:45					45' ESTÚDIO 1 TOTAL CONDICIONAMENTO N3 SA		
14:30					45' ESTÚDIO 1 Zumba N2 SA		
15:30			45' ESTÚDIO 1 Zumba N2 SA				
18:30			45' ESTÚDIO 1 TOTAL CONDICIONAMENTO N3 SA				
19:00							
19:30							
20:15							
20:40							

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.