

Mapa de Aulas Solinca Constituição

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
06:45							
07:00							
07:15					45' ESTÚDIO 1 TOTAL CONDICIONAMENTO		
08:00							
09:00							
09:15							
09:30							
10:00					45' ESTÚDIO 2 AERODANCE		
10:30							45' ESTÚDIO 2 Zumba
11:00				45' ESTÚDIO 2 AERODANCE			
11:30							
12:35							
12:45					45' ESTÚDIO 1 TOTAL CONDICIONAMENTO		
14:30							
15:15							
15:30			45' ESTÚDIO 1 Zumba		45' ESTÚDIO 1 Zumba		
16:30							
17:30							
18:00							
18:30			45' ESTÚDIO 1 TOTAL CONDICIONAMENTO				
18:45							
19:00							
19:30							
20:15							
20:40							

LEGENDA:

N1Nível 1

N2Nível 2

N3Nível 3

SBSmart Balance

SASmart Age

N4Nível 4

N5Nível 5

SFSmart Fit

SWSmart Weight

INFORMAÇÕES:

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