Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:20					45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Les Mills Body Balance**		
09:30							
10:30	45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Pilates**	45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Les Mills Body Balance**	45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Pilates**	45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Les Mills Body Balance**	45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Pilates**		
11:30							45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Pilates**
11:45						45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Pilates**	
13:00	45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Pilates**						
13:30							
16:00							
17:30	45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Pilates**		45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Les Mills Body Balance**	45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Pilates**			
18:30		45' ESTÚDIO 1 N1 SB **Pilates**					
19:00							
19:30							
20:00							

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.