

Mapa de Aulas Solinca Barreiro

| Hora | Segunda | Terça | Quarta | Quinta | Sexta | Sábado | Domingo |
|-------|------------------------------|---------------------------|------------------------------|--------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------|
| 07:15 | | | | 45' ESTÚDIO 2 CYCLE N3 SW | | | |
| 09:00 | | | | | | | |
| 09:10 | | | | | | | |
| 09:30 | | 45' ESTÚDIO 1 STEP N3 SW | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | |
| 10:05 | | | | | | | |
| 10:15 | | | | | | 45' ESTÚDIO 2 CYCLE N3 SW | |
| 10:50 | | 30' ESTÚDIO 2 CYCLE N3 SW | | 30' ESTÚDIO 2 CYCLE N3 SW | | | |
| 11:20 | | | | | | 45' ESTÚDIO 2 CYCLE N3 SW | |
| 12:00 | | | | | | | |
| 13:10 | | 45' ESTÚDIO 2 CYCLE N3 SW | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 17:30 | | | | | | | |
| 17:45 | 30' ESTÚDIO 2 SPINNING N3 SW | | | 30' ESTÚDIO 2 CYCLE N3 SW | | | |
| 18:05 | | | | | | | |
| 18:10 | | | | | | | |
| 18:15 | | | | | | | |
| 18:20 | | | | 45' ESTÚDIO 1 POWER JUMP N4 SW | | | |
| 18:25 | | | | | | | |
| 18:35 | | | | | | | |
| 18:50 | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | |
| 19:05 | | | 30' ESTÚDIO 2 SPINNING N3 SW | | 30' ESTÚDIO 2 CYCLE N3 SW | | |
| 19:10 | | 30' ESTÚDIO 1 STEP N3 SW | | | | | |
| 19:15 | | | | | | | |
| 19:30 | | | | | | | |
| 20:00 | 30' ESTÚDIO 2 CYCLE N3 SW | 30' ESTÚDIO 2 CYCLE N3 SW | | | | | |
| 20:10 | | | | 30' ESTÚDIO 2 CYCLE N3 SW | | | |
| 20:15 | | | | | | | |

LEGENDA:

| | | | | |
|------------|------------|--------------|------------------|--------------|
| N1 Nivel 1 | N2 Nivel 2 | N3 Nivel 3 | SB Smart Balance | SA Smart Age |
| N4 Nivel 4 | N5 Nivel 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.