

Mapa de Aulas Solinca Coimbra

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
06:45							
07:00					45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB		
07:15			45' ESTÚDIO 2 Les Mills Body Balance N1 SB				
08:00	45' ESTÚDIO 2 Les Mills Body Balance N1 SB						
08:30		45' ESTÚDIO 2 Yoga N1 SB					
09:00							
09:15							
09:30	45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB		45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB		45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB		
09:45							
10:00							
10:15						45' ESTÚDIO 2 Les Mills Body Balance N1 SB	45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB
10:30	45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB	45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB	45' ESTÚDIO 2 Les Mills Body Balance N1 SB	45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB	45' ESTÚDIO 2 Les Mills Body Balance N1 SB		
10:45							
11:15							
11:30		45' ESTÚDIO 2 Les Mills Body Balance N1 SB			45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB		
12:15						45' ESTÚDIO 2 Yoga N1 SB	
12:30				45' ESTÚDIO 2 Yoga N1 SB			
13:30							
14:30		45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB					
15:00							
15:30	45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB						
16:00							
16:15							
16:30			45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB		45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB		
16:45							
17:00							
17:30							
18:15		45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB	45' ESTÚDIO 2 Yoga N1 SB	45' ESTÚDIO 2 Les Mills Body Balance N1 SB			
18:30	45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB						
19:15			45' ESTÚDIO 2 Les Mills Body Balance N1 SB	45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB			
19:30	45' ESTÚDIO 2 Yoga N1 SB						
20:15		45' ESTÚDIO 2 Les Mills Body Balance N1 SB					
20:30	45' ESTÚDIO 2 Pilates N1 SB						
21:15							

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.