

Mapa de Aulas Solinca Sassoeiros

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15			45' ESTÚDIO 1 Les Mills Body BalanceN1SB				
08:00		45' ESTÚDIO 2 YogaN1SB			45' ESTÚDIO 1 YogaN1SB		
08:30							
08:45				45' ESTÚDIO 2 PilatesN1SB			
09:00							
09:15							
09:30							
10:00							
10:15		45' ESTÚDIO 1 PilatesN1SB		45' ESTÚDIO 1 PilatesN1SB			
10:30						30' ESTÚDIO 1 TRXN3SB	
11:00	45' ESTÚDIO 1 PilatesN1SB						45' ESTÚDIO 1 Les Mills Body BalanceN1SB
11:15							
13:00				45' ESTÚDIO 1 PilatesN1SB	45' ESTÚDIO 1 PilatesN1SB		
13:15			30' ESTÚDIO 1 Les Mills Body BalanceN1SB				
18:00	45' ESTÚDIO 2 PilatesN1SB						
18:20							
18:30			45' ESTÚDIO 1 PilatesN1SB				
19:15							
19:20		45' ESTÚDIO 1 Les Mills Body BalanceN1SB					
19:30			30' ESTÚDIO 1 TRXN3SB				
19:45					45' ESTÚDIO 1 PilatesN1SB		
20:10		60' ESTÚDIO 1 YogaN1SB		60' ESTÚDIO 1 YogaN1SB			
20:15	45' ESTÚDIO 1 PilatesN1SB						

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 recepção do Clube.