

Mapa de Aulas Solínca Rio Tinto

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:30	45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF			45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF			
09:30			45 ESTÚDIO 1 LOCALIZADA N3 SF			45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF	
10:30			45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF		45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF		
11:30		30 ESTÚDIO 2 3B N2 SF		30 ESTÚDIO 1 3B N2 SF			45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF
12:45					45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF		
14:30	30 ESTÚDIO 2 3B N2 SF	45 ESTÚDIO 1 LOCALIZADA N3 SF		45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF			
15:30	45 ESTÚDIO 2 LOCALIZADA N3 SF				45 ESTÚDIO 1 LOCALIZADA N3 SF		
16:30							
17:00						45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF	
17:30							
18:00				30 ESTÚDIO 2 3B N2 SF 45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF			
18:30		45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF	45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF		45 ESTÚDIO 1 LOCALIZADA N3 SF		
19:00							
19:30	45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF				45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF		
20:00			45 ESTÚDIO 2 LOCALIZADA N3 SF				
20:30							

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 Solínca reserva-se ao direito de livremente modificar as atividades e horários. Mais informações na recepção do Clube.