

Mapa de Aulas Solinca Ermesinde

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15					45' ESTÚDIO 3 BODY BALANCE N1 SB		
10:15						45' ESTÚDIO 2 YOGA N1 SB	
10:45							
11:15			45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB		45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB		
11:45							
12:45							
14:45							
15:45	45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB		45' ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB				
17:00							
18:15			45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB				
18:30						45' ESTÚDIO 1 YOGA N1 SB	
19:00							
19:30							
21:10							

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.