

Mapa de Aulas Solınca Ermesinde

| Hora | Segunda | Terça | Quarta | Quinta | Sexta | Sábado | Domingo |
|-------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|------------------------------|------------------------------|-------------------------------|
| 07:15 | 45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF | | | | | | |
| 10:15 | 45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF | | | 45 ESTÚDIO 1 LOCALIZADA N3 SF | 30 ESTÚDIO 1 3B N2 SF | 45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF | |
| 10:45 | | | | | | | |
| 11:15 | | | | | | | |
| 11:45 | | | | | | | 45 ESTÚDIO 1 LOCALIZADA N3 SF |
| 12:45 | 45 ESTÚDIO 1 LOCALIZADA N3 SF | | 45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF | | | | |
| 14:45 | | | | | | | |
| 15:45 | | | | | 30 ESTÚDIO 1 3B N2 SF | | |
| 17:00 | | | | | | 45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF | |
| 18:15 | | 45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF | | | | | |
| 18:30 | | | 45 ESTÚDIO 2 LOCALIZADA N3 SF | | 45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF | | |
| 19:00 | | | | | | | |
| 19:30 | 45 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF | | | | | | |
| 21:10 | | 30 ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF | | | | | |

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