

# Mapa de Aulas Solınca Foz

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15							
08:30					45' ESTÚDIO 3 BODY BALANCE N1 SB		
09:30		45' ESTÚDIO 3 BODY BALANCE N1 SB					45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB
10:00				45' ESTÚDIO 3 YOGA N1 SB			
10:30	45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB				45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB	45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB	
11:30		45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB	45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB	45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB			
12:45		45' ESTÚDIO 3 BODY BALANCE N1 SB					
13:00							
16:00			45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB				
18:30	45' ESTÚDIO 3 YOGA N1 SB			45' ESTÚDIO 1 BODY BALANCE N1 SB			
19:15		45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB	45' ESTÚDIO 3 BODY BALANCE N1 SB	45' ESTÚDIO 3 YOGA N1 SB			
19:30					45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB		
20:30							

## 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 recepção do Clube.