

Mapa de Aulas Solinca Foz

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15			45' ESTÚDIO 2 POWER JUMP N4 SW	45' RPM RPM N3 SW			
08:30							
09:30				30' ESTÚDIO 2 TRX FIT N4 SW		45' RPM RPM N3 SW	
10:00							
10:30							
11:30					45' RPM RPM N3 SW		45' RPM SPINNING N3 SW
12:45	45' RPM RPM N3 SW			45' ESTÚDIO 2 POWER JUMP N4 SW	45' ESTÚDIO 1 BODY ATTACK N4 SW		
13:00			45' RPM RPM N3 SW				
16:00							
18:30	45' ESTÚDIO 2 BODY ATTACK N4 SW	45' RPM RPM N3 SW	45' RPM RPM N3 SW	30' ESTÚDIO 2 TRX FIT N4 SW			
19:15					45' RPM RPM N3 SW		
19:30	45' RPM RPM N3 SW	45' ESTÚDIO 2 POWER JUMP N4 SW	45' ESTÚDIO 2 BODY ATTACK N4 SW	45' ESTÚDIO 2 POWER JUMP N4 SW			
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 Solinca reserva-se ao direito de livremente modificar as atividades e horários.
Mais informações na recepção do Clube.