

Mapa de Aulas Solınca Lumiar

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:10					45' ESTÚDIO 1 BODY BALANCE N1 SB		
07:20			45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB				
09:05		45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB	45' ESTÚDIO 1 YOGA N1 SB	45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB			
09:20							45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB
10:20	45' ESTÚDIO 2 YOGA N1 SB			45' ESTÚDIO 1 BODY BALANCE N1 SB		45' ESTÚDIO 2 YOGA N1 SB	
11:20		45' ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB			45' ESTÚDIO 2 YOGA N1 SB		
11:35							
12:20							
13:05							
18:20							
18:35				45' ESTÚDIO 3 BODY BALANCE N1 SB			
19:05					45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB		
19:35	45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB	45' ESTÚDIO 3 BODY BALANCE N1 SB	45' ESTÚDIO 3 YOGA N1 SB				
19:45							
20:10							

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