

# Mapa de Aulas Solınca PPH

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:20	45 ESTÚDIO 2 BODY PUMP N3 SF	45 ESTÚDIO 1 RPM N3 SW	45 ESTÚDIO 2 LOCALIZADA N3 SF	45 ESTÚDIO 1 POWER JUMP N4 SW	45 ESTÚDIO 2 BODY PUMP N3 SF		
10:05						45 ESTÚDIO 1 RPM N3 SW	45 ESTÚDIO 2 LOCALIZADA N3 SF
10:35	45 ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB	45 ESTÚDIO 2 LOCALIZADA N3 SF	45 ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB	30 ESTÚDIO 2 3B N2 SF	45 ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB		
11:05						45 ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB	
11:20							45 ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB
12:50	45 ESTÚDIO 1 RPM N3 SW	45 ESTÚDIO 1 POWER JUMP N4 SW	45 ESTÚDIO 1 RPM N3 SW	45 ESTÚDIO 1 POWER JUMP N4 SW	45 ESTÚDIO 2 BODY PUMP N3 SF		
13:05	45 ESTÚDIO 2 BODY PUMP N3 SF	45 ESTÚDIO 2 YOGA N1 SB	45 ESTÚDIO 2 LOCALIZADA N3 SF	45 ESTÚDIO 2 YOGA N1 SB	45 ESTÚDIO 1 RPM N3 SW		
16:35						45 ESTÚDIO 2 LOCALIZADA N3 SF	
17:35		45 ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB		45 ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB	45 ESTÚDIO 2 TRX N3 SB	45 ESTÚDIO 2 RITMOS LATINOS N2 SA	
18:30	45 ESTÚDIO 1 RPM N3 SW						
18:35	45 ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB	45 ESTÚDIO 1 POWER JUMP N4 SW		45 ESTÚDIO 1 RPM N3 SW			
18:50			45 ESTÚDIO 2 TRX N3 SB	45 ESTÚDIO 2 BODY PUMP N3 SF	45 ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB		
19:00		45 ESTÚDIO 2 BODY PUMP N3 SF					
19:05			45 ESTÚDIO 1 RPM N3 SW				
19:35	45 ESTÚDIO 2 LOCALIZADA N3 SF						
19:45		45 ESTÚDIO 1 RPM N3 SW	30 ESTÚDIO 2 3B N2 SF				
19:50				30 ESTÚDIO 2 3B N2 SF			

### 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.