

Mapa de Aulas Solınca Constituição

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15		45' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF	45' ESTÚDIO 1 CIRCUIT TRAINING N3 SF	45' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF			
09:00							
09:15							
09:30							
10:00	60' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF			45' ESTÚDIO 1 LOCALIZADA N3 SF			
10:15							
10:30						45' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF	
11:00							
11:15							
11:30							45' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF
12:45		45' ESTÚDIO 1 LOCALIZADA N3 SF		45' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF			
14:30					45' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF		
15:30				45' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF			
18:00							
18:15					60' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF		
18:30	60' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF	60' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF	30' ESTÚDIO 2 3B N2 SF 60' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF	30' ESTÚDIO 1 3B N2 SF			
19:00				60' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF			
19:15							
19:30							
19:45	45' ESTÚDIO 1 BODY PUMP N3 SF						
20:10							
20:30							
20:40			45' 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 recepção do Clube.