

Mapa de Aulas Solinca Laranjeiras

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:05			60' ESTÚDIO 1 BODY BALANCE N1 SB				
07:55							
08:05							
08:30							
09:00							
09:20							
09:30	60' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB		45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB		60' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB		
10:00							
10:15							
10:30							
11:00							
11:05		20' ESTÚDIO 1 S-MIND N1 SB		20' ESTÚDIO 1 S-MIND N1 SB			
11:10							
11:15							
11:30				45' ESTÚDIO 1 BODY BALANCE N1 SB			
11:35							
12:00						60' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB	
12:30					45' ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB		
12:45							
13:00		60' ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB	35' ESTÚDIO 3 YOGA N1 SB				
13:05							
13:15	45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB						
13:25							
13:30							
13:35							
16:00							
17:00					60' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB		
17:15			45' ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB				
17:45							
18:00							
18:15							
18:30	45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB						
18:35							
19:00		60' ESTÚDIO 3 YOGA N1 SB		60' ESTÚDIO 3 YOGA N1 SB			
19:05							
19:15			45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB		60' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB		
19:25							
19:30							
20:00	60' ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB		60' ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB				
20:15				45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB			
21:00							
21:15							

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