

Mapa de Aulas Solinca Laranjeiras

| Hora | Segunda | Terça | Quarta | Quinta | Sexta | Sábado | Domingo |
|-------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--------|-------------------------------|
| 07:10 | | | 45 ESTÚDIO 1 BODY BALANCE N1 SB | | | | |
| 07:15 | | | | | | | |
| 08:15 | | | | | | | |
| 08:30 | | | | | | | |
| 09:30 | 45 ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB | | 45 ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB | | 45 ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB | | |
| 10:00 | | | | | | | |
| 10:30 | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | |
| 11:15 | | | | | | | |
| 11:30 | | | | 45 ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB | | | 45 ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB |
| 11:35 | | | | | | | |
| 12:15 | | | | | | | |
| 12:30 | | | | | 45 ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB | | |
| 12:45 | | | | | | | |
| 13:00 | 55 ESTÚDIO 1 YOGA N1 SB | 45 ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB | | | | | |
| 13:15 | | | | | | | |
| 17:00 | | | 45 ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB | | | | |
| 17:45 | | | | | | | |
| 17:50 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 18:10 | | | | | | | |
| 18:15 | | | | | | | |
| 18:30 | 45 ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | |
| 19:10 | | | | | 45 ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB | | |
| 19:15 | | | 45 ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB | | | | |
| 19:30 | | | | | | | |
| 20:00 | 45 ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB | | | | 45 ESTÚDIO 2 YOGA N1 SB | | |
| 20:15 | | | 45 ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB | | | | |
| 20:20 | | | | | | | |

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.