

Mapa de Aulas Solínca Oeiras

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:20							
08:05		45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB		45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB			
09:05	45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB		45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB				
09:35						45' ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB	
09:50							
10:05		45' ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB		45' ESTÚDIO 1 YOGA N1 SB			
10:20							
10:35							
10:50							
11:05		45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB		45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB			
11:20	45' ESTÚDIO 3 YOGA N1 SB				45' ESTÚDIO 3 YOGA N1 SB		
11:50						45' ESTÚDIO 3 YOGA N1 SB	
12:35			45' ESTÚDIO 3 BODY BALANCE N1 SB				
12:50	45' ESTÚDIO 3 BODY BALANCE N1 SB						
17:20	45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB		45' ESTÚDIO 3 PILATES N1 SB				
18:35							
18:50							
19:05							
19:35		45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB		45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB			
19:50							
20:05							

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