

Mapa de Aulas Solinca Oeiras

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:20			30 ESTÚDIO 3 BODY PUMP N3 SF		30 ESTÚDIO 3 LOCALIZADA N3 SF		
08:05							
09:05							
09:35			30 ESTÚDIO 2 GAP EXPRESS N2 SF				
09:50							
10:05	45 ESTÚDIO 3 LOCALIZADA N3 SF				45 ESTÚDIO 3 LOCALIZADA N3 SF		
10:20			45 ESTÚDIO 3 BODY PUMP N3 SF				
10:35						45 ESTÚDIO 3 BODY PUMP N3 SF	
10:50							
11:05							
11:20							
11:50							
12:35		45 ESTÚDIO 3 BODY PUMP N3 SF					
12:50				45 ESTÚDIO 3 BODY PUMP N3 SF			
17:20							
18:35	45 ESTÚDIO 3 BODY PUMP N3 SF		45 ESTÚDIO 3 BODY PUMP N3 SF		45 ESTÚDIO 3 LOCALIZADA N3 SF		
18:50							
19:05							
19:35					30 ESTÚDIO 3 BODY PUMP N3 SF		
19:50	30 ESTÚDIO 3 GAP EXPRESS N2 SF		45 ESTÚDIO 3 LOCALIZADA N3 SF				
20:05							

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