

Mapa de Aulas Solinca Vila do Conde

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15		45 RPM BIKE N3 SW 45 RPM BIKE N3 SW		45 RPM BIKE N3 SW 45 RPM BIKE N3 SW			
09:30							
09:45							
10:00							
10:15							45 RPM BIKE N3 SW 45 RPM BIKE N3 SW
11:00						45 ESTÚDIO 1 POWER JUMP N4 SW 45 RPM N3 SW 45 ESTÚDIO 1 POWER JUMP N4 SW 45 RPM N3 SW	
11:45							
12:45		45 RPM BIKE N3 SW 45 RPM BIKE N3 SW	45 ESTÚDIO 1 BODY COMBAT N4 SW 45 ESTÚDIO 1 BODY COMBAT N4 SW	45 RPM N3 SW 45 RPM N3 SW	30 ESTÚDIO 1 S-Challenge N4 SW 30 ESTÚDIO 1 S-Challenge N4 SW		
16:00		30 ESTÚDIO 2 TRX FIT N4 SW 30 ESTÚDIO 2 TRX FIT N4 SW					
18:30							
18:45	45 RPM BIKE N3 SW 45 RPM BIKE N3 SW				45 RPM BIKE N3 SW 45 RPM BIKE N3 SW		
19:00		45 RPM RPM N3 SW 45 RPM RPM N3 SW	45 RPM BIKE N3 SW 45 ESTÚDIO 1 S-Challenge N4 SW				
19:15		45 ESTÚDIO 1 POWER JUMP N4 SW 45 ESTÚDIO 1 POWER JUMP N4 SW					
19:30							
19:45	45 RPM BIKE N3 SW 45 RPM BIKE N3 SW						
20:00							
20:30							

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 recepção do Clube.