solinca

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:10							
07:30					30' ESTÚDIO 3 N3 SW Cycle		
08:45							
09:00							
09:10							
09:40							
10:05						30' ESTÚDIO 3 N3 SW Cycle	
10:10							
10:15	45' ESTÚDIO 3 N3 SW Cycle		45' ESTÚDIO 3 N3 SW Cycle				
10:45							
10:50							
11:00							
11:30							
12:10			30' ESTÚDIO 2 N2 SW Step				
13:10	30' ESTÚDIO 1 N4 SW Les Mills Body Combat				30' ESTÚDIO 3 N3 SW Cycle		
17:45							
18:30		30' ESTÚDIO 3 N3 SW Cycle	30' ESTÚDIO 2 N4 SW Les Mills Body Combat	45' ESTÚDIO 2 N4 SW Les Mills Body Combat	30' ESTÚDIO 1 N2 SW Step		
18:40							
19:05							
19:10							
19:20		30' ESTÚDIO 2 N2 SW Step		45' ESTÚDIO 3 N3 SW Cycle			
19:30			45' ESTÚDIO 3 N3 SW Cycle 30' ESTÚDIO 1 N4 SW Les Mills Body Attack				
19:40	45' ESTÚDIO 3 N3 SW Cycle 45' ESTÚDIO 1 N4 SW Les Mills Body Attack						
19:45							
20:05							
20:10		30' ESTÚDIO 3 N3 SW Cycle					
20:30							
20:35							

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 receção do Clube.