

Mapa de Aulas Solinca Saldanha

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15		30' ESTÚDIO 3 Cycle N3 SW					
07:50	30' ESTÚDIO 1 Les Mills Grit N4 SW		30' ESTÚDIO 3 Cycle N3 SW		30' ESTÚDIO 3 Cycle N3 SW		
08:00							
09:45							
10:25							
10:30							
11:25							
11:30							
12:15							
12:30	45' ESTÚDIO 3 Cycle N3 SW	30' ESTÚDIO 1 Les Mills Grit N4 SW	30' ESTÚDIO 3 Cycle N3 SW	45' ESTÚDIO 2 Les Mills Body Combat N4 SW 45' ESTÚDIO 3 Cycle N3 SW			
13:00							
13:10		30' ESTÚDIO 2 Les Mills Body Combat N4 SW					
13:45							
15:15							
16:00							
17:40							
18:15							
18:20							
18:30					45' ESTÚDIO 3 Cycle N3 SW		
18:45	30' ESTÚDIO 3 Cycle N3 SW						
18:50		30' ESTÚDIO 3 Cycle N3 SW					
19:00			45' ESTÚDIO 1 Les Mills Body Combat N4 SW				
19:10							
19:15							
19:20							
19:30							
19:45							
20:00							

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.