Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
18:15			60' ESTÚDIO 3 N4 SW JIU JITSU		60' ESTÚDIO 3 N4 SW JIU JITSU		
19:30					45' ESTÚDIO 3 N4 SW JIU JITSU		
20:00			60' ESTÚDIO 3 N4 SW JIU JITSU				

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:

As modalidades Tribe tem um custo adicional.
A Solinca reserva-se ao direito de livremente modificar as atividades e horários.
Mais informações na receção do Clube.