

# Mapa de Aulas Solinca Maia light

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15		45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB					
08:45							
09:15						45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB	45' ESTÚDIO 1 YOGA N1 SB
09:30							
09:45			45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB				
10:00	45' ESTÚDIO 2 YOGA N1 SB			45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB	45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB		
10:15						45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB	
10:30		45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB					
10:45							
11:00							
11:15						45' ESTÚDIO 2 BODY BALANCE N1 SB	
12:45				45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB			
13:00							
15:00							
15:15		45' ESTÚDIO 4 TRX N3 SB					
15:30							
16:00	45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB			45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB			
17:00							
17:30							
18:00		45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB			45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB		
18:15							
18:30							
18:40				45' ESTÚDIO 4 TRX N3 SB			
18:45							
19:00			45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB				
19:15							
19:30				45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB			
19:45	45' ESTÚDIO 2 PILATES N1 SB						
20:05							
20:40				45' ESTÚDIO 2 YOGA N1 SB			
20:45				45' ESTÚDIO 1 PILATES N1 SB			

## 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 recepção do Clube.