

# AULAS DE GRUPO | 022012

## STUDIO [1º Piso da Torre 1]

HORA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
09:00-09:45		<b>Pilates</b> <i>Vânia</i>				
13:00-13:45			<b>Localizada</b> <i>Mário</i>			
18:00-18:45						<b>Step</b> <i>Mário</i>
18:15-19:00					<b>Zumba</b> <i>Rafael</i>	
19:00-19:45		<b>Pilates</b> <i>Pedro</i>				
19:15-20:00	<b>Super Cardio</b> <i>Mário</i>		<b>Pump</b> <i>Tânia</i>		<b>Aeróbica</b> <i>Mário</i>	
19:30-20:15				<b>Localizada</b> <i>Tânia</i>		
19:55-20:40		<b>Localizada</b> <i>Décio</i>				
20:05-20:50	<b>Pump</b> <i>Tânia</i>					
20:20-21:05				<b>Pump</b> <i>Mário</i>		
20:45-21:30		<b>Zumba</b> <i>Rafael</i>				

## CYCLING

HORA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
07:30-08:15		<b>Cycling</b> <i>João</i>		<b>Cycling</b> <i>João</i>		
11:00-11:45						<b>Cycling</b> <i>João</i>
13:00-13:45	<b>Cycling</b> <i>Mário</i>		<b>Cycling</b> <i>Isa</i>		<b>Cycling</b> <i>Mário</i>	
19:15-20:00	<b>Cycling</b> <i>Isa</i>		<b>Cycling</b> <i>Isa</i>	<b>Cycling</b> <i>Pedro</i>		
19:45-20:30		<b>Cycling</b> <i>Mário</i>				
20:15-21:00			<b>Cycling / Local</b> <i>Mário</i>		<b>Cycling / Local</b> <i>Mário</i>	

Lugares limitados, favor reservar com antecedência.

## SALA DESERTAS 1 [4º Piso da Torre 1]

HORA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
10:45-11:30						<b>Yoga – Pais &amp; Filhos</b> <i>Aruna</i>
18:45-19:30		<b>Dança</b> <i>Rafael</i>	<b>SGA</b> <i>Rubina</i>			
19:15-20:00				<b>Pilates</b> <i>Pedro</i>		
19:35-20:20	<b>Yoga</b> <i>Aruna</i>		<b>Yoga</b> <i>Aruna</i>			

## PISCINA INTERIOR [1º Piso da Torre 2]

HORA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
10:00-10:45		<b>Hidro</b> <i>Ricardo</i>		<b>Hidro</b> <i>Ricardo</i>		
10:30-11:15						<b>Hidro</b> <i>Tânia</i>
19:30-20:15	<b>Hidro</b> <i>Ricardo</i>		<b>Hidro</b> <i>Ricardo</i>			