

**Sala 1-1º Andar do Centro Esportivo**  
**Aulas de 50 Minutos**

Horários	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
07h 07h50	Circuito Funcional Profª. Kátia	Localizada Profª. Lilian	Figth Profº. Willian	Localizada Profª. Lilian	Circuito Funcional Profº. Willian	—
08h 08h50	Localizada Profª. Kátia	Mix Profª. Lilian	Localizada Profº. William	Mix Profª. Lilian	Localizada Profº. William	—
09h 09h50	Localizada Profª. Selma	Localizada Profª. Lilian	Localizada Profº. Willian	Localizada Profª. Lilian	Localizada Profº. Willian	—
10h 10h50	Step Profª. Selma	Cond. Físico Profª. Lilian	Mix Profº. <b>Willian</b>	Cond. Físico Profª. Lilian	Step Profº. Willian	Local (sala 1)
11h 11h50	Aerójazz Profª. Selma	Street Dance Profº. Nelson	Zumba Profª. <b>Denise</b>	Street Dance Profº. Nelson	Zumba Profª. <b>Denise</b>	Mix Especialidade do professor do dia (sala 1)
12h 12h50	Localizada Profª. Selma	Core + Alongamento Profº. Nelson	Pilates Profª. <b>Denise</b>	Core + Alongamento Profº. Nelson	Pilates Profª. <b>Denise</b>	Core + Alongamento (sala 1)
13h 13h50	Circuito Funcional Profº. Victor	Circuito Funcional Profº. Nelson	Circuito Funcional Profª. <b>Denise</b>	Circuito Funcional Profº. Nelson	Circuito Funcional Profº. Victor	Pilates (sala 4)
14h 14h50	Localizada Profª. Dayane	Localizada Profº. Nelson	Localizada Profª. Dayane	Localizada Profº. Nelson	Localizada Profª. Dayane	—
15h 15h50	Alongamento Profª. Dayane	Pilates Profº. Lucas Ruiz	Alongamento Profª. Dayane	Pilates Profº. Lucas Ruiz	Alongamento Profª. Dayane	—
16h 16h50	Dance Mix Profº. Eric	Core Training Profº. Lucas Ruiz	Aerójazz Profª. Dayane	Core Training Profº. Lucas Ruiz	Aerójazz Profª. Dayane	—
17h 17h50	Localizada Profª. Cris Gil	Alongamento Profº. Lucas Ruiz	Localizada Profº. Nelson	Alongamento Profº. Lucas Ruiz	Localizada Profª. <b>Valéria</b>	—
18h 18h50	Core + Alongamento Profª. Cris Gil	Localizada – 50' Lucas Ruiz	Core + Alongamento Profº. Nelson	Localizada Profº. Lucas Ruiz	Pilates Profª. <b>Valéria</b>	—
19h 19h50	Circuito Funcional Profª. Cris Gil	Pilates Profª. Karen	Circuito Funcional Profº. Nelson	Pilates Profª. Karen	Circuito Funcional Profª. Valéria	—
20h 20h50	Localizada – Profª. Cris Gil	Dance Mix Profº. Ivan	Localizada Profº. Nelson	Dance Mix Profº. Ivan	—	—

**Escala sujeita a alterações**



*Inscreva-se*

**Sala 1-1º Andar do Centro Esportivo  
Aulas de 50 Minutos**

*Inscreva-se*