

Sala 4-1º Andar do Centro Esportivo
Aulas de 50 Minutos

Horários	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
07h 07h50	Hatha Yoga Profª. Bruna Theodoro	Mat Pilates Profº. Bruno Vieira	Hatha Yoga Profª. Bruna Theodoro	Mat Pilates Profº. Bruno Vieira	Hatha Yoga Profª. Vivian	—
08h 08h50	Mat Pilates Profª. Selma	—	Mat Pilates Profª. Karen	—	Mat Pilates Profº. Paulo Sergio	—
09h 09h50	Mat Pilates – Profº. Bruno Vieira	—	Mat Pilates Profª. Karen	—	Mat Pilates Profº. Paulo Sergio	—
10h 10h50	Mat Pilates Profº. Bruno Vieira	Mat Pilates – 50’ Profº. Lucas Ruiz	Mat Pilates Profª. Karen	Mat Pilates Profº. Lucas Ruiz	Mat Pilates Profº. Paulo Sergio	—
11h 11h50	Mat Pilates Profº. Bruno Vieira	Mat Pilates Profº. Lucas Ruiz	Mat Pilates Profª. Karen	Mat Pilates Profº. Lucas Ruiz	Mat Pilates Profº. Paulo Sergio	Yoga Rotativa
12h 12h50	—	Mat Pilates Profº. Lucas Ruiz	—	Mat Pilates Profº. Lucas Ruiz	—	—
13h 13h50	Mat Pilates Profº. Bruno Vieira	—	Mat Pilates Profª. Juliane	—	Mat Pilates Profº. Willian	Mat Pilates (sala 4)
14h 14h50	Hatha Yoga Profª. Nicole	—	Hatha Yoga Profª. Nicole	—	Hatha Yoga Profª. Vivian	—
15h 15h50	Mat Pilates Profª. Katia	—	Mat Pilates Profª. Katia	—	—	—
18h 18h50	Mat Pilates Profª. Katia	Yoga - Vinyasa Profª. Luisa Mantoani	Mat Pilates Profª. Katia	Yoga Viniasa Profª Luisa Mantoani	—	—
19h 19h50	Swasthya Yoga Profº. Adriana Fonseca	Yoga - Vinyasa Profª. Luisa Mantoani	Swasthya Profª. Adriana Fonseca	Yoga Viniasa Profª Luisa Mantoani	Swasthya Yoga – 50’ Adriana Fonseca	—
20h 20h50	Swasthya Yoga Profª. Adriana Fonseca	Mat Pilates Profª. Karen	Yoga -Swasthya Profª. Adriana Fonseca	Mat Pilates Profª. Karen	—	—

Escala sujeita a alterações



Sala 4-1º Andar do Centro Esportivo
Aulas de 50 Minutos

Inscriva-se