

HORÁRIOS DE ATIVIDADES

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA
8:00		Pilates de solo		Pilates de solo
9:00	Ginástica localizada	Circuito funcional	Ginástica localizada	Circuito funcional
14:00		Ritmos		Ritmos
15:00		Pilates de solo		Pilates de solo
19:00	Circuito funcional	Ginástica localizada	Circuito funcional	
20:00		Circuito funcional	Ritmos	Circuito funcional