

SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
07:15	BIKE INDOOR 45' Carla					07:15	BIKE INDOOR 45' Carla		
08:00	Fit ABS 30' Carla	08:15	BIKE INDOOR 45' Paula	08:15	BIKE INDOOR 45' Paula	08:15	BIKE INDOOR 45' Paula		
08:30	Fit GP GLÚTEO E PERNA 30' Carla							08:30	Fit ABS 30' Paula
09:00	BIKE INDOOR 45' Carla	09:00	Fit Jump 30' Paula	09:00	Fit Jump 30' Paula	09:00	Fit Jump 30' Paula	09:00	Fit GP GLÚTEO E PERNA 30' Paula
		09:30	Fit BOX 60' Paula	09:30	Fit ABS 30' Paula	09:30	Fit BOX 60' Paula	09:30	BIKE INDOOR 45' Paula
10:30	Mat Pilates 45' Thais			10:30	Judô 60' Paulo			10:30	Judô 60' Paulo
				17:00	Mat Pilates 45' Thais				
18:00	BIKE INDOOR 45' Paula	18:15	BIKE INDOOR 45' Amanda	18:00	BIKE INDOOR 45' Paula	18:15	BIKE INDOOR 45' Amanda		
18:45	Fit ABS 30' Paula	19:00	Fit ABS 30' Amanda	18:45	Fit ABS 30' Paula	19:00	Fit ABS 30' Amanda	18:30	BIKE INDOOR 45' Márcio
19:15	BIKE INDOOR 45' Paula	19:30	Fit GP GLÚTEO E PERNA 30' Amanda	19:15	BIKE INDOOR 45' Paula	19:30	Fit GP GLÚTEO E PERNA 30' Amanda	19:15	BIKE INDOOR 45' Márcio

**AULAS COM SENHA DEVEM SER RETIRADAS EM NOSSA RECEPÇÃO 15 MINUTOS ANTES DAS AULAS**

# AULAS DE GINÁSTICA E BIKE INDOOR

**AULAS COM SENHA DEVEM SER RETIRADAS EM NOSSA RECEPÇÃO**

**15 MINUTOS ANTES DAS AULAS**

**SERÁ ENTREGUE UMA SENHA POR ALUNO**

**APÓS O INICIO DAS AULAS A SENHA PERDE SUA VALIDADE**

espaço  recanto das árvores

corpocompletamente

**2012**