



GRADE DE AULAS

HORÁRIO	SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA - FEIRA
07h00	Kangoo Jump Profº Rafael Araujo		Kangoo Jump Profº Rafael Araujo		Kangoo Jump Profº Rafael Araujo
07h15		Burn Bootcamp Profº Rafael Nascimento		Burn Bootcamp Profº Rafael Nascimento	
08h00	Body Xtreme/ Hidroginástica Profº Paulo / Gislene	Yoga/ Muay Thai Prof Marojaci/ José Alberto	Body Xtreme/ Hidroginástica Profº Paulo/ Gislene	Yoga/ Muay Thai Prof Marojaci/ José Alberto	Body Xtreme/ Hidroginástica Profº Paulo/Gislene
09h00					
09h00	Ritmos Profº Cassio	Abs Xtreme Profº Wenner	Ritmos Profº Cassio	Abs Xtreme Profº Wenner	
09h30		Alongamento Profº Wenner		Alongamento Profº Wenner	
09h30		Ritmos Profº Leonardo Bezerra		Ritmos Profº Leonardo Bezerra	
10h00	Pilates Profª Marojaci		Pilates Profª Marojaci		
10h30		Kangoo Jump Profº Leonardo Bezerra		Kangoo Jump Profº Leonardo Bezerra	
18h00	Body Xtreme Paulo Carvalho	Ritmos Profº Cassio	Body Xtreme Paulo Carvalho	Ritmos Profº Cassio	Body Xtreme Paulo Carvalho
18h30		Spinning Profº Rodney		Spinning Profº Rodney	
19h00	Pilates /Spinning Profª Gisele/ Juriney	Kangoo Jump/Hidroginástica/ Muay Thai Profº Pedro	Pilates /Spinning Profª Gisele/ Juriney	Kangoo Jump/Hidroginástica/Muay thai Profº Pedro	Pilates /Spinning Profª Gisele/ Juriney
19h30		Burn Bootcamp Profº Rodney		Burn Bootcamp Profº Rodney	
20h00	FitDance Ana Lu	FitDance/Muay Thai Profª PH/ José Alberto	FitDance Ana Lu	FitDance/Muay Thai Profª PH/ José Alberto	FitDance Ana Lu