

# HORÁRIOS DE ATIVIDADES

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA
8:00		Alongamento e Pilates solo		Alongamento e Pilates solo
9:00		Circuito funcional		Circuito funcional
14:00		Ritmos		Ritmos
15:00	Alongamento e Pilates solo	Alongamento (30')	Alongamento e Pilates solo	Alongamento (30')
19:00		Circuito funcional		Circuito funcional
20:00		Ritmos		Ritmos