

AULA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
ALONGAMENTO a partir de 13 anos	9h 15h 18h30	8h 9h	9h 15h 18h30	8h 9h	9h 15h 18h30
BABY CLASS a partir de 3 anos verificar disponib. de vagas Para mais informações procurar a recepção da academia					
PRÉ BALÉ a partir de 5 anos verificar disponib. de vagas Para mais informações procurar a recepção da academia					
BALÉ a partir de 8 anos verificar disponib. de vagas Para mais informações procurar a recepção da academia					
BODY PUMP a partir de 15 anos	8h	14h 19h	8h	14h 19h	8h
CONDICIONAMENTO a partir de 15 anos	19h10	7h 18h10	19h10	7h 18h10	
CORRIDA a partir de 15 anos	19h	6h	19h	7h	7h
DANÇA DE SALÃO a partir de 15 anos		18h		18h	
DANÇA DO VENTRE a partir de 6 anos verificar disponib. de vagas Para mais informações procurar a recepção da academia					
HIDROGINÁSTICA a partir de 13 anos		7h10 8h 9h 10h 15h 16h 17h 18h 19h		7h10 8h 9h 10h 15h 16h 17h 18h 19h	

JIU-JITSU a partir de 7 anos verificar disponib. de vagas Para mais informações procurar a recepção da academia					
JUDÔ a partir de 5 anos verificar disponib. de vagas Para mais informações procurar a recepção da academia					
JUDÔ PROJETO FAIXA VERDE verificar disponib. de vagas Para mais informações procurar a recepção da academia					
LOCAL a partir de 15 anos	7h		7h		7h
MUAYTHAI a partir de 8 anos acomp. de um responsável Para mais informações procurar a recepção da academia					
MUSCULAÇÃO a partir de 13 anos Sábado 8h às 17h Domingo 8h às 12h	5h às 22h	5h às 22h	5h às 22h	5h às 22h	5h às 22h
PILATES retirar senha 10min antes do início da aula a partir de 12 anos acomp. de um responsável	7h 8h 15h 16h 18h	7h 8h 14h 15h 18h	7h 8h 15h 16h 18h	7h 8h 14h 15h 18h	7h 8h
RITMOS a partir de 13 anos	18h	15h 19h	18h	15h 19h	18h
RITMOS KIDS 4 a 12 anos			9h		18h30
RITMOS FLASH BACK	9h 15h		9h 15h		

a partir de 13 anos					
RPM retirar senha 10min antes do início da aula a partir de 15 anos	7h 14h 15h 19h	6h10 8h	7h 14h 15h 19h	6h10 8h	7h 14h
STAND UP PADDLE a partir de 13 anos verificar disponib. de vagas para mais informações procurar a recepção da academia					
YOGA a partir de 13 anos	7h 8h	15h 16h	7h 8h	15h 16h	7h 8h