

MAPA DE AULAS

FITNESSHUT ALVERCA



INICIO: 01/06

INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM							
07:00	POWERWOD HYROXWOD	TO30'	CYCLING	E1 45'	GAP	E2 45'	CYCLING	E1 45'	BODYPUMP	E2 45'				
07:30		BOX30'												
07:45														
08:00														
08:30	VIRTUAL CYCLING	E1 30'		VIRTUAL CYCLING	E1 30'				VIRTUAL CYCLING	E1 30'				
09:00														
09:30	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'		CYCLING	E1 45'	
10:00											GAP	E2 45'		
10:30	HYROXWOD	BOX30'	BODYBALANCE	E2 45'	PILATES	E2 45'	BODYPUMP	E2 30'	BODYBALANCE	E2 45'	CYCLING	E1 45'	GAP	E2 30'
11:00	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'			VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'				
11:00	ABS	TOS15'	ABS	TOS15'	ABS	TOS15'	ABS	TOS15'	ABS	TOS15'			ABS	TOS15'
11:15											BODYPUMP	E2 30'		
11:45													YOGA	E2 45'
12:00			VIRTUAL CYCLING	E1 30'			VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E145'	ABS	TOS15'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'
12:30														
13:00	CYCLING	E1 45'	BODYPUMP	E2 45'	CYCLING	E1 45'	GAP	E2 45'		POWERWOD	TOS 30'		VIRTUAL CYCLING	E1 30'
13:30										HYROXWOD	BOX30'			
14:00														
14:30														
15:00	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'
15:30														
16:00	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'
16:30														
17:00	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'
17:30	GAP	E2 30'	GAP	E2 30'	BODYPUMP	E245'	BODYPUMP	E245'						
17:45														
18:00			POWERWOD	TOS 30'					POWERWOD	TOS 30'				
18:00			BODYPUMP	E2 45'	CYCLING	E1 45'			BODYSTEP	E2 45'				
18:15	RPM	E1 45'	RPM	E1 45'			CYCLING	E1 45'	RPM	E1 45'				
18:15	BODYPUMP	E2 30'	BODYPUMP	E2 45'	HYROXWOD	BOX 30'								
18:30			HYROXWOD	BOX 30'			BODYATTACK	TOS 45'	HYROXWOD	BOX 30'				
18:30					BODYSTEP	E2 45'	GAP	E2 30'						
18:45					POWERWOD	TOS 30'								
19:00	BODYSTEP	E2 30'	PILATES	E2 45'					PILATES	E2 45'				
19:00	ABS	TOS15'	ABS	TOS15'			ABS	TOS15'	ABS	TOS15'				
19:15			BODYATTACK	TOS 45'										
19:15			RPM	E1 45'										
19:30					CYCLING	E1 45'								
19:30	CYCLING	E1 45'			BODYATTACK	TOS 45'	BODYBALANCE	E2 45'	CYCLING	E1 45'				
19:45	BODYATTACK	TOS 45'												
20:00	YOGA	E2 45'	ZUMBA	E2 45'			ZUMBA	E2 45'	BODYPUMP	E2 45'				
20:00	ABS	TOS15'	ABS	TOS15'	ABS	TOS15'								
21:00	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'	VIRTUAL CYCLING	E1 30'				

DÁ O SALTO E MARCA A DIFERENÇA



E MUITO MAIS...

Faz upgrade para a **Adesão Iberia** na tua área de cliente (app ou web) e disfruta de todas **vantagens**.



TODA A INFORMAÇÃO AQUI

- > A FITNESS HUT RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORÁRIO POR RAZÕES EXTERNAS.
- > O USO DE TOALHA É OBRIGATÓRIO.
- > NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APÓS 5 MINUTOS DO INÍCIO DA AULA.



RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM WWW.FITNESSHUT.PT OU APP