



# MAPA DE AULAS FITNESS HUT PICOAS



INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00			<b>BODYPUMP</b> E2 30'				
07:15	<b>BODYPUMP</b> E2 45'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>CYCLING</b> E1 45'	<b>FIT MOVES</b> E2 45'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'		
07:15	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'			<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'			
08:15	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'		
09:30							<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'
10:00			<b>ABS</b> TOS 15'				
10:30					<b>PILATES</b> E2 45'		<b>YOGA</b> E2 45'
11:00	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'		<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'
11:00	<b>ABS</b> TOS 15'	<b>ABS</b> TOS 15'		<b>ABS</b> TOS 15'	<b>ABS</b> TOS 15'		<b>ABS</b> TOS 15'
11:15						<b>BODYPUMP</b> E2 45'	
12:00					<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>ABS</b> TOS 15'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'
12:15	<b>BODYPUMP</b> E2 45'	<b>CYCLING</b> E1 45'		<b>POWERWOD</b> E2 30'		<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	
12:15		<b>3B</b> E2 45'		<b>PILATES</b> TOS 45'	<b>FIT MOVES</b> E2 30'		
12:30	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>POWERWOD</b> TOS 30'	<b>PILATES</b> TOS 45'		<b>3B</b> E2 30'		
12:45			<b>CYCLING</b> E1 45'				
13:00	<b>PILATES</b> TOS 45'						
13:15		<b>LES MILLS CORE</b> TOS 30'	<b>BODYPUMP</b> E2 45'		<b>LES MILLS CORE</b> E2 30'		
13:15		<b>DANCE MOVES</b> E2 30'			<b>PILATES</b> TOS 45'		
13:30	<b>3B</b> TOS 30'		<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'			
14:00					<b>ABS</b> TOS 15'	<b>ABS</b> TOS 15'	
15:00						<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	
18:00		<b>ABS</b> E2 45'					
18:00		<b>BODYPUMP</b> E2 45'	<b>BODYPUMP</b> E2 45'				
18:00	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'						
18:15					<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'		
18:15		<b>YOGA</b> TOS 15'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>YOGA</b> E2 45'	<b>3B</b> E2 45'		
18:30	<b>3B</b> E2 30'						
19:00	<b>CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>DANCE MOVES</b> E2 45'	<b>ABS</b> TOS 15'			
19:00		<b>FIT MOVES</b> E2 45'	<b>ABS</b> TOS 15'		<b>ABS</b> TOS 15'		
19:15	<b>LES MILLS CORE</b> E2 30'						
19:30			<b>ABS</b> TOS 15'	<b>BODYPUMP</b> E2 45'			
20:00		<b>PILATES</b> E2 45'					
20:00	<b>PILATES</b> E2 45'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'		
20:00	<b>VIRTUAL CYCLING</b> E1 30'	<b>ABS</b> TOS 15'		<b>ABS</b> TOS 15'			

Adesão Iberia 2,90€/MÊS

Adesão Zone 3,90€/MÊS

Adesão Club 4,90€/MÊS

**ÁGUA VITAMINADA**

**HUT20**

SEM AÇÚCARES    3 SABORES DIFERENTES    SEM CALORIAS

\*Inclui 1l de água vitaminada por dia, com a possibilidade de encher até um máximo de 0,5l por recarga, com um intervalo de 30 minutos. Garrafa não incluída. Oferta válida até 30.05.24. Uso pessoal e intransmissível.



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.

<b>CARDIO</b>	<b>CORPO E MENTE</b>
<b>CYCLING</b>	<b>DANÇAS</b>
<b>FORÇA</b>	<b>FUNCIONAL</b>
<b>ABS</b>	<b>CYCLING VIRTUAL</b>

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM [WWW.FITNESSHUT.PT](http://WWW.FITNESSHUT.PT) OU APP