



MAPA DE AULAS FITNESS HUT ARCO DO CEGO



INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:00							
07:15	BODYPUMP E2 45'	RPM E1 45'	3B E2 45'	PILATES E2 45'	BODYCOMBAT E2 45'		
07:45							
09:15						STRETCHING E2 45'	
09:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'
10:00		ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'			
10:00	3B E2 45'	STRETCHING E2 45'	BODYPUMP E2 45'	PILATES E2 45'			
10:15						BODYPUMP E2 45'	BODYPUMP E2 30'
10:30					FIT MOVES E2 45'		
11:00							BODYATTACK E2 30'
11:15						BODYCOMBAT E2 45'	
12:00	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'
12:30	HBX BOXING BOX30'	FIT MOVES E2 30'	HBX BOXING BOX30'	3B E2 30'	POWERWOD E2 30'		
12:45	RPM E1 45'		RPM E1 45'				
13:00	BODYPUMP E2 45'	HYROXWOD BOX30'				VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'
13:15		BODYATTACK E2 30'	DANCE MOVES E2 30'	BODYPUMP E2 30'	STRETCHING E2 30'		
13:15							
14:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
15:45	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
16:45						BODYPUMP E2 45'	GAP E2 30'
17:30	GAP E2 30'	BODYPUMP E2 30'	DANCE MOVES E2 45'				HBX BOXING BOX45'
17:45	HYROXWOD BOX30'		HBX BOXING BOX30'	GAP E2 30'			
18:00					BODYPUMP E2 45'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'
18:15	BODYATTACK E2 45'	POWERWOD TOS 30'			HYROXWOD BOX30'		
18:15		STRETCHING E2 45'					
18:30			CYCLING E1 30'				
18:30			BODYPUMP E2 45'	BODYPUMP E2 45'			
18:45	HBX BOXING BOX30'	HYROXWOD BOX30'	HYROXWOD BOX30'	ABS TOS 15'			
19:00			ABS TOS 15'		BODYATTACK E2 45'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	
19:15	CYCLING E1 45'						
19:15	BODYPUMP E2 45'	GAP E2 30'	BODYCOMBAT E2 45'	BODYCOMBAT E2 45'	ABS TOS 15'		
19:30		CYCLING E1 45'		RPM E1 45'			
19:30	ABS TOS 15'						
19:45							
20:00		YOGA E2 45'			PILATES E2 45'		
20:00		ABS TOS 15'					
20:15	BODYCOMBAT TOS 45'		PILATES E2 45'	YOGA E2 45'			
20:30	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
20:45							

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.

CARDIO	CORPO E MENTE
CYCLING	DANÇAS
FORÇA	FUNCIONAL
ABS	CYCLING VIRTUAL

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

(HORÁRIO EM VIGOR A PARTIR DE 2 DE SETEMBRO)