

Aulas de Fitness

Loures



Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
07:30 Pilates	08:20 Pilates		08:20 Pilates	11:55 Pilates	11:30 Pilates
11:55 Pilates	12:05 Pilates	12:50 Total Condicionamento	12:05 Pilates	12:50 Total Condicionamento	
12:50 Total Condicionamento	12:50 Pilates	17:50 Postura e Movimento	12:50 Pilates	17:50 Postura e Movimento	
17:50 Postura e Movimento	18:15 Yoga		18:15 Yoga		
19:35 Postura e Movimento	19:10 Yoga	19:35 Postura e Movimento	19:10 Yoga	19:35 Postura e Movimento	