



MAPA AULAS ON-LINE

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO
Pilates** 08:20 Ana Janeiro	Pilates** 08:20 Ana Janeiro		Pilates** 08:20 Ana Janeiro		
Yoga Sénior* 11:30 Cristina Rodrigues		Yoga Sénior* 11:00 Cristina Rodrigues		Pilates** 11:40 Ana Janeiro	Yoga * 10:30 Gonçalo Quirino
Pilates** 11:40 Ana Janeiro	Yoga ** 19:00 Cristina Rodrigues		Yoga ** 18:15 Cristina Rodrigues	Yoga ** 19:00 Cristina Rodrigues	

* Aulas de baixa intensidade
** Aulas de média intensidade