

Fitness



Piscina de Santa Iria de Azóia

Stª Iria de Azóia | Fitness 25/26

2ª

Postura
Movimento
11:15

Pilates
18:55

3ª

Postura
Movimento
10:00

Yoga
17:20

Yoga
18:10

HIIT 30'
19:00

4ª

Postura
Movimento
11:15

Localizada
18:10

5ª

Postura
Movimento
10:00

HIIT 30'
19:00

6ª

Pilates
18:05

Pilates
18:55