

# MAPA DE AULAS

## Fitness Hut Alexandre Herculano



Fevereiro

EST	INÍCIO / FIM	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
E2	07,00 / 07,45	BODYPUMP						
E1	07,00 / 07,30					RPM		
E1	07,15 / 07,30		CYCLING					
E2	07,15 / 08,00				LES MILLS CORE			
E3	07,15 / 08,00			POWERWOD				
E1	08,00 / 08,30	RPM			CYCLING			
E2	08,00 / 08,30		LES MILLS CORE					
E3	08,00 / 08,30					POWERWOD		
HB	08,00 / 08,30			HYROXWOD				
E2	09,15 / 10,00						PILATES MOVES	
E2	10,00 / 10,45		YOGA MOVES					BODYPUMP
E2	10,10 / 10,55						3B	
E1	10,15 / 11,00						CYCLING	
E2	11,00 / 11,45							
E2	11,10 / 11,55						BODYSTEP	
E3	12,30 / 13,00		POWERWOD					
E2	12,30 / 13,00			LES MILLS CORE				
E1	12,30 / 13,15					RPM		
E2	12,45 / 13,15	BODYSTEP				3B		
E2	12,45 / 13,30		BODYATTACK					
E1	12,45 / 13,30			RPM				
E1	12,50 / 13,35		CYCLING		CYCLING			
E3	12,50 / 13,35			ZUMBA				
E1	13,00 / 13,45	RPM						
E3	13,00 / 13,45				POWERWOD			
E2	13,00 / 13,45				PILATES MOVES			
HB	13,10 / 13,40		HYROXWOD					
E2	13,15 / 14,00			BODYPUMP				
HB	13,30 / 14,00					HYROXWOD		
E2	13,30 / 14,00	BODYPUMP				BODYBALANCE		
HB	17,15 / 17,45	HYROXWOD						
E2	17,20 / 18,05	BODYPUMP						
E2	17,30 / 18,15			BODYPUMP				
E2	17,40 / 18,25					BODYBALANCE		
E1	17,45 / 18,30							
E2	17,45 / 18,30				BODYPUMP			
E3	18,00 / 18,45	ZUMBA						
E2	18,00 / 18,30		BODYATTACK					
E1	18,15 / 19,00	CYCLING						
E3	18,30 / 19,15			BODYATTACK				
E1	18,30 / 19,15				RPM			
E2	18,40 / 19,10		BODYBALANCE					
E3	18,45 / 19,15							
E2	18,45 / 19,30			3B		BODYPUMP		
HB	18,45 / 19,15				HYROXWOD			
E2	19,00 / 19,45	BODYPUMP						
E1	19,15 / 20,00	CYCLING	CYCLING					
E3	19,15 / 19,45				POWERWOD			
HB	19,30 / 20,00	HYROXWOD						
E2	19,30 / 20,00				BODYPUMP			
E1	19,30 / 20,15			RPM	RPM	RPM		
E2	19,45 / 20,30		BODYPUMP	BODYSTEP				
E3	19,45 / 20,15					POWERWOD		
E2	20,15 / 21,00	PILATES MOVES						

**ANSIOSO POR UM NOVO DESAFIO?**  
**TREINO FUNCIONAL**  
**HYROX EV POWER WOD**

30 MIN  
750 KCAL

- A FITNESS 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.



DESCARREGUE O HORÁRIO ATRAVÉS DO QR CODE

INDOOR	FITNESS HUT	V-CLASS
OUTDOOR	LES MILLS	OUTRAS

Fitness Hut Alexandre Herculano

RESERVE A SUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM [www.fitnesshut.pt](http://www.fitnesshut.pt) OU APP.