

MAPA DE AULAS

#FHLOURES




FITNESS HUT

JUNHO




EST	INÍCIO / FIM	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
E1	07,15 / 08,00		CYCLING		CYCLING	CYCLING		
E2	07,15 / 08,00	BODYPUMP		BODYPUMP				
E2	07,30 / 08,00		V-CORE		V-GAP	V-PILATES		
E1	08,15 / 08,45					V-BIKE		
E2	08,15 / 08,45		V-GAP					
E1	08,30 / 09,00	V-BIKE	V-BIKE	V-BIKE	V-BIKE			
E2	08,30 / 09,00	V-CORE		V-ZUMBA	V-CORE	V-CORE		
E1	09,15 / 09,45							V-BIKE
E1	09,15 / 10,00			CYCLING				
E2	09,15 / 09,45					V-ZUMBA		
E2	09,15 / 10,00		BODYPUMP					
E1	09,30 / 10,00	V-BIKE	V-BIKE		V-BIKE		V-BIKE	
E2	09,30 / 10,00	V-YOGA		V-PILATES				
E2	09,45 / 10,30						BODYPUMP	
E2	10,00 / 10,45					PILATES MOVES		FIT MOVES
E1	10,15 / 10,45				V-BIKE			
E2	10,15 / 11,00	V - HIIT ZONE	PILATES MOVES					
E3	10,30 / 11,00	POWERWOD						
E1	10,45 / 11,30						RPM	
E2	10,45 / 11,30			LES MILLS CORE			PILATES MOVES	
E1	11,00 / 11,30				V-BIKE			
E2	11,00 / 11,30				3B			V-FIT MOVES
E1	11,00 / 11,45							CYCLING
E2	11,15 / 11,45	3B						
E1	11,30 / 12,00	V-BIKE	V-BIKE	V-BIKE		V-BIKE		
E2	11,30 / 12,00					V-FIT MOVES		
E2	11,45 / 12,15		V-FIT MOVES					
E1	12,00 / 12,30				V-BIKE		V-BIKE	
E2	12,00 / 12,30						V-GAP	
E2	12,15 / 12,45			V - HIIT ZONE				
E1	12,30 / 13,00		V-BIKE			V-BIKE		V-BIKE
E2	12,30 / 13,00	V - HIIT ZONE						
E1	12,45 / 13,15	RPM		RPM				
E3	12,45 / 13,15		POWERWOD			V - HIIT ZONE		
E2	12,45 / 13,30				PILATES MOVES			
E1	13,00 / 13,30				V-BIKE		V-BIKE	
E2	13,00 / 13,30						V - HIIT ZONE	V-CORE
E3	13,15 / 13,45					POWERWOD		
E2	13,30 / 14,00	BODYPUMP		BODYPUMP				
E1	14,00 / 14,30	V-BIKE			V-BIKE		V-BIKE	
E2	14,00 / 14,30		V-ZUMBA			V-FIT MOVES	V-ZUMBA	V-YOGA
E2	14,15 / 14,45				V-GAP			
E1	14,30 / 15,00		V-BIKE	V-BIKE		V-BIKE		
E2	14,30 / 15,00			V-CROSS MOVES				
E1	15,00 / 15,30	V-BIKE			V-BIKE		V-BIKE	
E2	15,00 / 15,30		V-FIT MOVES		V - HIIT ZONE	V - HIIT ZONE	V-GAP	
E1	15,30 / 16,00		V-BIKE	V-BIKE		V-BIKE		
E2	15,30 / 16,00	V-PILATES						
E1	16,00 / 16,30	V-BIKE			V-BIKE		V-BIKE	
E2	16,00 / 16,30	V-CORE	V-CORE		V-ZUMBA	V-PILATES		
E1	16,30 / 17,00		V-BIKE	V-BIKE		V-BIKE		
E2	16,30 / 17,00	V-ZUMBA		V-CORE				
E2	16,30 / 17,15						BODYCOMBAT	
E1	17,00 / 17,30	V-BIKE			V-BIKE			
E2	17,00 / 17,30		V-PILATES		V-GAP	V-ZUMBA		
E1	17,30 / 18,00		V-BIKE	V-BIKE		V-BIKE		
E2	17,30 / 18,15						BODYPUMP	
E2	17,45 / 18,30		BODYPUMP					
E1	18,00 / 18,30				RPM		V-BIKE	

E2	18,00 / 18,30				LES MILLS CORE			
E1	18,00 / 18,45	CYCLING						
E2	18,00 / 18,45					BODYPUMP		
E3	18,00 / 18,45			FIT MOVES				
E2	18,15 / 18,45			PILATES MOVES				
E2	18,15 / 19,00	PILATES MOVES						
E3	18,15 / 19,00		BODYATTACK					
E1	18,30 / 19,00					V-BIKE		
E3	18,30 / 19,00	BODYATTACK						
E2	18,45 / 19,15		LES MILLS CORE					
E1	18,45 / 19,30		CYCLING	RPM				
E2	18,45 / 19,30				BODYPUMP			
E3	18,45 / 19,30				BODYATTACK	BODYATTACK		
E1	19,00 / 19,30	CYCLING			V-BIKE			
E2	19,00 / 19,30			BODYPUMP				
E2	19,00 / 19,45					BODYCOMBAT		
E3	19,00 / 19,45			ZUMBA				
E2	19,15 / 19,00	BODYPUMP						
E3	19,15 / 19,00		BODYCOMBAT					
E1	19,30 / 20,00					CYCLING		
E3	19,30 / 20,00	POWERWOD						
E2	19,30 / 20,00		3B					
E3	19,45 / 20,15				POWERWOD			
E1	19,45 / 20,30	CYCLING		CYCLING				
E2	19,45 / 20,30			LES MILLS CORE				
E1	20,00 / 20,30		V-BIKE		V-BIKE			
E2	20,00 / 20,45					YOGA MOVES		
E2	20,15 / 21,00	YOGA MOVES						
E1	20,30 / 21,00					V-BIKE		
E2	20,45 / 21,15			V-ALONGAMENTOS				
E1	21,00 / 21,30		V-BIKE	V-BIKE	V-BIKE			



LES MILLS
NO TEU CLUBE OU APP
TU ESCOLHES

USUFRUI DESTE SERVIÇO COM A TUA ADEÇÃO ZONE OU IBERIA

 DOWNLOAD PARA ANDROID
  DOWNLOAD PARA IOS
  DOWNLOAD PARA HUAWEI

- 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

#FHLOURES

RESERVE A SUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM www.fitnesshut.pt OU APP.