

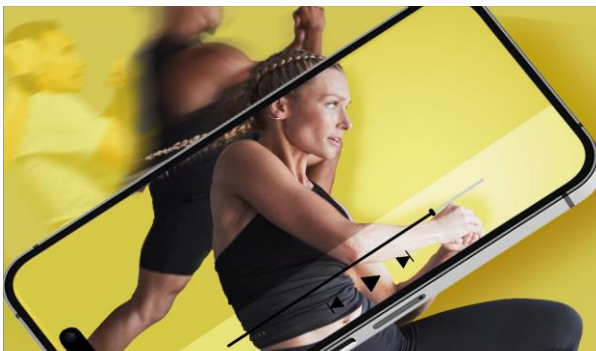
MAPA DE AULAS

#FHALVERCA



JUNHO

EST	INÍCIO / FIM	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
TOS	07,15 / 07,45	POWERWOD			POWERWOD			
E1	07,15 / 08,00			CYCLING		RPM		
E2	07,15 / 08,00		3B					
BOX	07,45 / 08,15	HYROXWOD						
E1	08,00 / 08,30		V - CYCLING					
E1	08,15 / 08,45			V - CYCLING				
E1	08,30 / 09,00	V - CYCLING						
E2	09,00 / 09,30				V - ZUMBA			
E1	09,00 / 09,30					V - CYCLING		
E1	09,30 / 10,00	V - CYCLING			V - CYCLING			
E1	10,00 / 10,30		V - CYCLING	V - CYCLING		V - CYCLING		V - CYCLING
TOS	10,00 / 10,30							POWERWOD
E2	10,00 / 10,45						3B	
BOX	10,30 / 11,00			HYROXWOD				
E1	10,30 / 11,15						CYCLING	
E2	10,30 / 11,30							
E2	10,30 / 11,15	BODYBALANCE	BODYPUMP		PILATES MOVES			
E1	11,00 / 11,30			V - CYCLING	V - CYCLING			
E2	11,30 / 12,00						ZUMBA	
E1	11,30 / 12,00		V - CYCLING					
E2	11,45 / 12,30							YOGA MOVES
E1	12,00 / 12,30				V - CYCLING	V - CYCLING	V - CYCLING	V - CYCLING
E2	12,30 / 13,00	V - CIRCUITO						
TOS	13,00 / 13,30			POWERWOD				
E1	13,00 / 13,30						V - CYCLING	
E2	13,00 / 13,30							V - CORE
E1	13,00 / 13,45	CYCLING						
E2	13,00 / 13,45				BODYPUMP	3B		
BOX	13,30 / 14,00			HYROXWOD				
E1	14,00 / 14,30	V - CYCLING	V - CYCLING	V - CYCLING				
E1	15,00 / 15,30		V - CYCLING		V - CYCLING			
E2	15,00 / 15,30			V - CIRCUITO				
E1	15,30 / 16,00					V - CYCLING		
E1	16,00 / 16,30	V - CYCLING		V - CYCLING			V - CYCLING	
E2	16,00 / 16,30		V - CORE		V - YOGA	V - CIRCUITO		
E1	17,00 / 17,30	V - CYCLING			V - CYCLING			
E2	17,00 / 17,30	3B						
TOS	17,15 / 17,45	POWERWOD				POWERWOD		
E2	17,15 / 17,45				BODYPUMP			
BOX	17,45 / 18,15					HYROXWOD		
E2	17,45 / 18,15			BODYPUMP				
E2	17,45 / 18,30	BODYPUMP	BODYATTACK					
E2	18,00 / 18,30				3B			
E1	18,00 / 18,45		RPM	CYCLING				
TOS	18,15 / 18,45		POWERWOD					
E1	18,15 / 19,00				CYCLING			
TOS	18,15 / 19,00	BODYCOMBAT						
E2	18,15 / 19,00					BODYPUMP		
E2	18,30 / 19,15			BODYSTEP				
E1	18,30 / 19,15					CYCLING		
BOX	18,45 / 19,15		HYROXWOD	HYROXWOD				
E2	18,45 / 19,15				ZUMBA			
E2	18,45 / 19,30	BODYSTEP						
E2	19,00 / 19,45		PILATES MOVES					
TOS	19,00 / 19,45		BODYCOMBAT		BODYATTACK			
TOS	19,15 / 19,45			POWERWOD				
E2	19,15 / 20,00					BODYSTEP		
E1	19,30 / 20,15	CYCLING	RPM		CYCLING			
E2	19,30 / 20,15			BODYBALANCE	BODYBALANCE			
TOS	19,45 / 20,30	BODYATTACK						
TOS	20,00 / 20,30				BODYCOMBAT			
E2	20,00 / 20,45	YOGA MOVES	BODYPUMP					



LesMILLS

NO TEU CLUBE OU APP TU ESCOLHES

USUFRUI DESTESERVIÇO ONLINE COM A TUA ADESAO 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

#FHALVERCA

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