

ATIVIDADES COLETIVAS

Texto do seu parágrafo					
//// SEG. ///	//// TER. ///	//// QUA. ///	//// QUI. ///	//// SEX. ///	
7h30	SPINNING Prof. Thiago Funcional Prof. Leonardo	MOBILITY FLOW FIT Prof. Cris Areno	SPINNING Prof. Thiago Funcional Prof. Leonardo	MOBILITY FLOW FIT Prof. Cris Areno	SPINNING Prof. Thiago Funcional Prof. Leonardo
8h30	ALONGAMENTO Prof. Junior SPINNING Prof. Thiago	Do Your Best Prof. Cris Areno YOGA Prof. Vinicius	ALONGAMENTO Prof. Junior SPINNING Prof. Thiago	Do Your Best Prof. Cris Areno YOGA Prof. Vinicius	ALONGAMENTO Prof. Junior SPINNING Prof. Thiago
9h30	LOCAL Prof. Cláudia		LOCAL Prof. Cláudia		LOCAL Prof. Cláudia
17h	MUAY THAI Prof. Luís Gonzo		MUAY THAI Prof. Luís Gonzo		
18h	LOCAL Prof. Thiago	LOCAL Prof. Daniela	LOCAL Prof. Thiago	LOCAL Prof. Daniela	LOCAL Prof. Thiago
19h	SPINNING Prof. Thiago	SPINNING Prof. Daniela	SPINNING Prof. Thiago	SPINNING Prof. Daniela	SPINNING Prof. Thiago

Atividades parceiras

Texto do seu parágrafo					
//// SEG. ///	//// TER. ///	//// QUA. ///	//// QUI. ///	//// SÁB. ///	
17h	KRAV MAGÁ Davi		KRAV MAGÁ Davi		KRAV MAGÁ Graduados 8h às 10h Leo Miller KRAV MAGÁ Iniciantes 10h às 12h Leo Miller
18h	KRAV MAGÁ Davi	KRAV MAGÁ Leo Miller	KRAV MAGÁ Davi	KRAV MAGÁ Leo Miller	
19h	KRAV MAGÁ Davi	KRAV MAGÁ Leo Miller	KRAV MAGÁ Davi	KRAV MAGÁ Leo Miller	
20h	KRAV MAGÁ Davi	KRAV MAGÁ Leo Miller	KRAV MAGÁ Davi	KRAV MAGÁ Leo Miller	
21h	Boxe Renato KRAV MAGÁ Davi	KRAV MAGÁ Leo Miller	Boxe Renato KRAV MAGÁ Davi	KRAV MAGÁ Leo miller	

KRAV MAGÁ | BOXE | PILATES |
Studio MR de Dança | Ritmo & Resistência

MUSCULAÇÃO
SEG-SEX 06H ÀS 22H| SÁB 8H ÀS 14H

ATIVIDADES COLETIVAS

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
07:30	SPINNING PROF. THIAGO FUNCIONAL PROF.LEONARDO	LOCAL PROF. THIAGO	SPINNING PROF. THIAGO FUNCIONAL PROF. LEONARDO	LOCAL PROF. THIAGO	SPINNING PROF. THIAGO FUNCIONAL PROF. LEONARDO
08:30	SPINNING PROF. THIAGO ALONGAMENTO PROF. JÚNIOR	LOCAL PROF. THIAGO YOGA PROF. VINÍCIUS	SPINNING PROF. THIAGO ALONGAMENTO PROF. JÚNIOR	LOCAL PROF. THIAGO YOGA PROF. VINÍCIUS	SPINNING PROF. THIAGO ALONGAMENTO PROF. JUNIOR
09:30	LOCAL PROF. CLÁUDIA		LOCAL PROF. CLÁUDIA		LOCAL PROF. CLÁUDIA
17:00		MUAY THAI PROF. LUIS G		MUAY THAI PROF. LUIS G	
18:00	LOCAL PROF. THIAGO	LOCAL PROF. DANI	LOCAL PROF. THIAGO	LOCAL PROF DANI	LOCAL PROF. THIAGO
19:00	SPINNING PROF. THIAGO	SPINNING PROF. DANI	SPINNING PROF. THIAGO	SPINNING PROF. DANI	SPINNING PROF. THIAGO

PRAIA CROSS
SEG - SEX 06H - 20H SÁB 9H

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
06:30	PROF. FÁBIO	PROF. JOICE	PROF. FÁBIO	PROF. JOICE	PROF. FÁBIO	
07:30	PROF. FÁBIO	PROF. JOICE	PROF. FÁBIO	PROF. JOICE	PROF. FÁBIO	
09:00						ESCALA
14:00		PROF. ARMANDO		PROF. ARMANDO		
18:00	PROF. JOICE		PROF. PIERRE		PROF. PIERRE	
19:00	PROF JOICE	PROF. EDUARDO	PROF. PIERRE	PROF. EDUARDO	PROF. PIERRE	
20:00		PROF. EDUARDO		PROF.EDUARDO		