

# IGUATEMI/ESPLANADA

**UNIDADE**

<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>	<b>SÁBADO</b>
07H30 - ALONGAMENTO	07H30 - ALONGAMENTO	07H30 - ALONGAMENTO	07H30 - ALONGAMENTO	08H00 - BIKE	10H00 - POWERJUMP
08H00 - BODYBALANCE	08H00 - BODYPUMP	08H00 - PILATES	08H00 - BODYPUMP	09H00 - PILATES	11H00 - BIKE
08H00 - BIKE	08H00 - BIKE	08H00 - BIKE	08H00 - BIKE	10H00 - ZUMBA	11H00 - RITMOS
09H00 - PILATES	09H00 - YOGA	09H00 - MOVI LOCAL	09H00 - YOGA	15H00 - BIKE	
15H00 - BIKE	10H00 - ZUMBA	10H00 - FITDANCE	15H00 - PILATES	16H00 - MOVI LOCAL	
16H00 - PILATES	15H00 - BODYBALANCE	15H00 - BIKE	16H00 - BODYPUMP	18H00 - BIKE	
16H30 - ALONGAMENTO	16H00 - BODYPUMP	16H30 - ALONGAMENTO	17H00 - STEP	18H00 - FITDANCE	
17H00 - ZUMBA	17H00 - STEP	17H00 - GLAM DANCE	18H00 - BODYPUMP	19H00 - BODYPUMP	
18H00 - MOVI LOCAL	18H00 - BODYPUMP	18H00 - MOVI LOCAL	19H00 - FITDANCE		
19H00 - RITMOS	19H00 - FITDANCE	19H00 - BIKE	19H00 - BIKE		
19H00 - BIKE	19H00 - BIKE	19H00 - FITDANCE	20H00 - MUAY THAI		
20H00 - BODYPUMP	20H00 - POWERJUMP	20H00 - BODYPUMP			
21H00 - JIU-JITSU	21H00 - MUAY THAI	21H00 - JIU-JITSU			



**#EUSOUMOVIMENTO**



**(15) 98155.0375**

