

Ginásio da Freguesia de Avenidas Novas

AULAS/HORÁRIOS ÉPOCA 2016/17

Horas	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado
10h15/11h00	Localizada	PUMP	Localizada	PUMP	Localizada	
11h00/11h45	Pilates	GAP	Pilates	GAP	Pilates	Localizada
11h45/12h30						Zumba
12h30/13h15	Abd. / Along.	Zumba	PUMP	Localizada	Zumba	
13h15/14h00	Localizada	Abd./Along.	Cycle	Zumba	Treino Funcional	
17h35/18h20	Abd. / Along.	PUMP	Cycle	PUMP	Cycle	
18h25/19h10	Zumba	Cycle	Zumba	Abd. / Along.	PUMP	
19h15/20h00	Localizada	Abd./Along.		Treino Funcional	Abd. / Along.	
20h05/20h50	Cycle	Treino Funcional		Cycle	Cycle	