

	2º Feira		3º Feira	4º Feira	5º Feira	6º Feira		Sabado
9H								
9H30			Pure Insanity		Cycle			
10H	Cycle	Abs		Zumba		Abdominal	Localizada	
10H15								Cycle
11H	Pure Insanity			GAP				Pure Tabata
12H								
12H30	HIITpump		Cycle		Pure Insanity			
16H30				HIITpump			HIITpump	
17H00	Cycle				Cycle			
17H15			Pure Insanity					
17H30				Abdominal		Pure Insanity		Cycle
17H45	HIITpump		HIITCycle		HIITpump			
18h00				Free dance <10anos			Cycle	
18H15								Pure Insanity
18H30	Zumba				Cycle			
18h45	Pure Running		Cycle	Zumba			Zumba	
19h00								
19H15	GAP				Localizada			
19H30			Localizada	Cycle	Pure Running		Free dance >10anos	
20H	Cycle				Abdominal			
20H15			Zumba	Pure Insanity			HIITCycle	
20H30					HIITpump			
20h45	HIITpump			Cycle				
21H			Pure Insanity					
21H15					Cycle		Tai Chi Chuan	