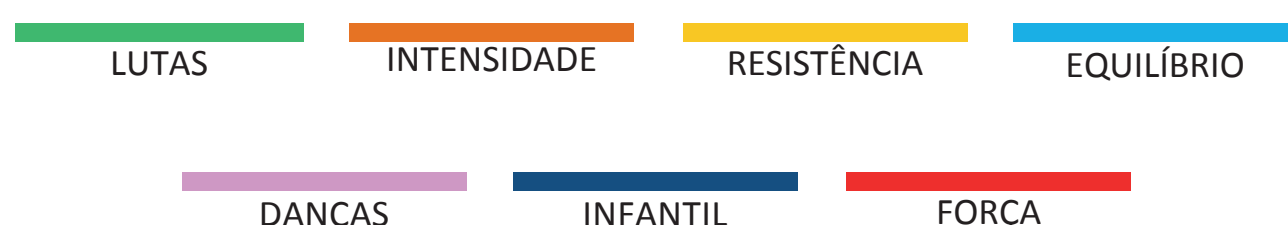




GRADE DE HORARIOS (GINASTICA - BIKE - LUTAS - DANÇA)

HORÁRIOS	SALAS	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB
7:00HS	UNIDADE 3	J. JITSU MISTO 90 JORGE	J. JITSU MISTO 90 JORGE		J. JITSU MISTO 90 JORGE	BOXE 60 DANIEL	
	UNIDADE 1	ABS 15 RODRIGO		ABS 15 RODRIGO			
7:15HS	UNIDADE 1	JUMP 30 RODRIGO	HIT 30 DANIILA	STEP 30 RODRIGO	ENDURANCE DANIILA	JUMP 30 RODRIGO	
	UNIDADE 1			BIKE 45 CAMILA		BIKE 45 CAMILA	
7:30HS	UNIDADE 2	CROSS FUNCIONAL 60 DANIILA		CROSS FUNCIONAL 60 DANIILA		CROSS FUNCIONAL 60 DANIILA	
7:45HS	UNIDADE 1	ZUMBA DANCE 45 RODRIGO	RITMIX 30 DANIILA	ZUMBA DANCE 45 RODRIGO	RITMIX 30 DANIILA	ZUMBA DANCE 45 RODRIGO	
8:15HS	UNIDADE 1		BIKE 30 DANIILA		BIKE 30 DANIILA		
8:30HS	UNIDADE 1	BIKE 30 DANIILA		BIKE 30 DANIILA		BIKE 30 DANIILA	
8:45HS	UNIDADE 1		ALONGAMENTO 45 DANIILA		ALONGAMENTO 45 DANIILA		
9:00HS	UNIDADE 3	YOGA 60 CASSIA		YOGA 60 CASSIA			MUAY THAI 60 IVAN
9:15HS	UNIDADE 1	PILATES 45 RODRIGO		PILATES 45 RODRIGO		PILATES 45 RODRIGO	
9:30HS	UNIDADE 1		YOGA 60 CASSIA		YOGA 60 CASSIA		
10:00HS	UNIDADE 2						CROSS FUNCIONAL 60 VINICIUS
	UNIDADE 1						RITMOS 60 RAPHAEL
11:00HS	UNIDADE 1						BIKE 60 WELLINGTON
12:00HS	UNIDADE 1						PILATES 45 WELLINGTON
15:00HS	UNIDADE 2	CROSS FUNCIONAL 60 DANIILA		CROSS FUNCIONAL 60 DANIILA		CROSS FUNCIONAL 60 DANIILA	
	UNIDADE 1		JUMP 45 WELLINGTON		JUMP 45 WELLINGTON		
15:45HS	UNIDADE 1	YOGA 60 TEREZINHA	PUMP 45 WELLINGTON	YOGA 60 TEREZINHA	PUMP 45 WELLINGTON		
16:30HS	UNIDADE 1		BIKE 30 DANIILA		BIKE 30 DANIILA		
17:00HS	UNIDADE 1		ALONGAMENTO 30 WELLINGTON		ALONGAMENTO 30 WELLINGTON		
17:15HS	UNIDADE 3		JIU JITSU - MORGANTE 45 INFANTIL KAUAN		JIU JITSU - MORGANTE 45 INFANTIL KAUAN		
17:30HS	UNIDADE 3	MUAY THAI 60 LUCIANA		MUAY THAI 60 LUCIANA		CAPOEIRA 60 ERIC	
	UNIDADE 1	G A P 30 DANIILA	PILATES 30 DANIILA	G A P 30 WELLINGTON	PILATES 30 DANIILA	PUMP 30 WELLINGTON	
18:00HS	UNIDADE 1	CIRCUITO 30 DANIILA	HIT 30 DANIILA	STEP 30 WELLINGTON	HIT 30 DANIILA	ENDURANCE 15 WELLINGTON	
18:15HS	UNIDADE 1					STEP 30 WELLINGTON	
	UNIDADE 3		CIRCO INFANTIL 45 ERIC		CIRCO INFANTIL 45 ERIC		
18:30HS	UNIDADE 1	JUMP ROLE 15 DANIILA	ABS 15 DANIILA	ALONGAMENTO 30 WELLINGTON	ABS 15 DANIILA		
	UNIDADE 3	JUDÔ INF. 45 VITOR		JUDÔ INF. 45 VITOR			
18:45HS	UNIDADE 2	CROSS FUNCIONAL 60 VINICIUS		CROSS FUNCIONAL 60 VINICIUS			
19:00HS	UNIDADE 1	PILATES 30 WELLINGTON	RITIMOS 30 DANIILA		RITIMOS 30 DANIILA	ALONGAMENTO 30 WELLINGTON	
	UNIDADE 2					CROSS FUNCIONAL 60 VINICIUS	
	UNIDADE 3		MUAY THAI 60 IVAN		MUAY THAI 60 IVAN	MUAY THAI 60 IVAN	
19:15HS	UNIDADE 1	BIKE 45 DANIILA	BIKE 45 CAMILA	ENDURANCE 15 WELLINGTON	BIKE 45 CAMILA		
	UNIDADE 3			ABS 15 DANIILA			
19:30HS	UNIDADE 1	JUMP 45 WELLINGTON	CIRCUITO 45 DANIILA		CIRCUITO 45 DANIILA		
	UNIDADE 1					BIKE 45 WELLINGTON	
19:30HS	UNIDADE 1	CROSS FUNCIONAL 60 VINICIUS	CROSS FUNCIONAL 60 INICIANTE	CROSS FUNCIONAL 60 VINICIUS	CROSS FUNCIONAL 60 INICIANTE		
	UNIDADE 1			JUMP 30 WELLINGTON		ZUMBA DANCE 60 ADRIEL	
19:30HS	UNIDADE 1	BIKE 45 DANIILA	BIKE 45 DANIILA		BIKE 45 DANIILA		
	UNIDADE 1	ALONGAMENTO 30 WELLINGTON	ALONGAMENTO 30 CAMILA	PILATES 30 WELLINGTON	ALONGAMENTO 30 CAMILA		
20:00HS	UNIDADE 3	J. JITSU MISTO 90 JORGE	J. JITSU MISTO 90 JORGE	J. JITSU MISTO 90 JORGE	J. JITSU MISTO 90 JORGE		
	UNIDADE 2	CROSS FUNCIONAL 60 VINICIUS	CROSS FUNCIONAL 60 WELLINGTON	CROSS FUNCIONAL 60 VINICIUS	CROSS FUNCIONAL 60 WELLINGTON		
20:30HS	UNIDADE 1	ZUMBA DANCE 60 ADRIEL	FIT DANCE 60 ADRIEL	ZUMBA DANCE 60 ADRIEL	FIT DANCE 60 ADRIEL		
	UNIDADE 1	BIKE 45 DANIILA					
20:30HS	UNIDADE 1	BOXE 60 DANIEL	SERTANEJO UNIV. 60 VAL	BOXE MISTA 60 GEORGE ARIAS	SERTANEJO VANERÃO 60 VAL		
	UNIDADE 2						
21:30HS	UNIDADE 1		MHUAY THAY 60 LUCIANA		MHUAY THAY 60 LUCIANA		



UNIDADES

UNIDADE 1

Pq. São Jorge
Rua Dom Andrés Lamas, 212
Tatuapé - CEP 03084-020
(11) 2338-6301 / 94798-4422

UNIDADE 2

Tatuapé
Rua Tuiuti, 941
Tatuapé - CEP 03061-000
(11) 2337-1446

UNIDADE 3

Metrô Tatuapé
Rua Martins Pena, 206 a 220
Tatuapé - CEP 03066-000
(11) 2091-2783 / 99969-9432

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

DAS 6h00 ÀS 22h30 DE SEGUNDA À QUINTA
DAS 8h00 ÀS 22h00 DE SEXTA E AOS SÁBADOS DAS 08h00 ÀS 14h00

HORÁRIOS SUJEITOS À ALTERAÇÃO