



## HORÁRIO DE AULAS 2018/2019

Segunda-Feira				Terça-Feira				Quarta-Feira			
	Sala	Modalidade	Instrutor		Sala	Modalidade	Instrutor		Sala	Modalidade	Instrutor
7:45	MUSC.	ABS'10	PROF SALA	9:00	2	AGE	CARLA	9:30	1	PILATES	Erica
9:30	MUSC.	ABS'15	PROF SALA	9:45	MUSC.	ABS'15	PROF SALA	9:30	MUSC.	ABS'15	PROF SALA
9:45	3	CYCLING	HUGO	10:00	2	RITMOS	ALVINHO	9:45	2	BODY PUMMP	NUNO
10:45	2	LOCAL	HUGO	12:45	MUSC.	ABS'15	PROF SALA	10:30	1	YOGA	DIOGO
11:00	1	PILATES	INÊS	15:30	MUSC.	CROSS ABS	PROF SALA	10:45	3	CYCLING	NUNO
12:30	MUSC.	CROSS TRAINING	PROF SALA	18:30	2	YOGA	DIOGO	12:30	MUSC.	ABS'15	PROF SALA
12:45	2	GAP	MIGUEL	18:30	2	FAT-LOSE	NUNO	12:45	2	BUMBUM	MIGUEL
13:10	MUSC.	ABS'15	PROF SALA	19:15	3	CYCLING	MIGUEL	16:00	MUSC.	ABS'15	PROF SALA
18:00	2	BUMBUM'30	MIGUEL	19:30	1	PILATES	ERICA	18:00	2	BUMBUM'30	MIGUEL
18:30	1	PILATES BALL	INÊS	19:30	2	BODY JUMMP	NUNO	18:30	1	ALONGAMENTOS	INÊS
18:30	3	CYCLING	HUGO	19:30	MUSC.	ABS'15	PROF SALA	18:30	2	GAP	MIGUEL
18:30	2	CROSS TRAINING	MIGUEL	20:15	3	CYCLING	MIGUEL	18:30	3	CYCLING	NUNO
19:00	MUSC.	ABS'15	PROF SALA					19:15	MUSC.	CROSS ABS	PROF SALA
19:30	1	YOGA	DIOGO					19:30	1	PILATES	INÊS
19:30	2	LOCAL	MIGUEL					19:30	3	CYCLING	NUNO
19:30	3	CYCLING	HUGO	Sexta-Feira				19:30	2	CROSS TRAINING	MIGUEL
20:30	2	TOTAL CONDICIONAMENTO	HUGO	9:00	2	BODY JUMMP	HUGO	20:30	2	GLOBAL TRAINING	NUNO
Quinta-Feira				9:45	MUSC.	CROSS ABS	PROF SALA	Sabado			
	Sala	Modalidade	Instrutor	10:00	2	KOMBATT	HUGO				
9:00	2	AGE	CARLA	10:00	1	YOGA	DIOGO				
9:45	MUSC.	ABS'15	PROF SALA	11:00	1	PILATES	INÊS	10:30	2	LOCAL	NUNO
10:00	2	RITMOS	JACA	13:00	2	ALONGAMENTO'30	CARLA	11:00	MUSC.	ABS'15	PROF SALA
11:00	1	PILATES	INÊS	16:00	MUSC.	CROSS ABS	PROF SALA	11:30	3	CYCLING	NUNO
12:00	MUSC.	ABS	PROF SALA	18:30	2	PUMMP	NUNO	12:30	MUSC.	ABS'15	PROF SALA
12:45	2	ALEGRIA	JACA	19:10	MUSC.	ABS'15	PROF SALA	16:00	MUSC.	ABS'15	PROF SALA
17:00	MUSC.	ABS	PROF SALA	19:30	2	BAILE DO PRETINHO	JACA/ALVINHO	18:30	MUSC.	CROSS ABS	PROF SALA
18:30	2	LOCAL	HUGO	19:30	3	CYCLING	NUNO				
18:30	1	PILATES	INÊS								
19:15	3	CYCLING	NUNO								
19:30	1	PILATES	ERICA								
19:30	MUSC.	ABS	PROF SALA								
19:30	2	KOMBAT	HUGO								
20:15	3	CYCLING	NUNO								
									Sala	Modalidade	Instrutor
								10:30	MUSC.	CROSS ABS	PROF SALA

\* A Direção do Leça Health Club, reserva-se ao direito de mudar uma aula sem aviso prévio.

\* A Direção do Leça Health Club, reserva-se ao direito de mudar o professor sem aviso prévio.

\* A Direção do Leça Health Club, informa aos sócios que as aulas tem a duração de 50 minutos.

Segunda a Sexta 7:00h - 22:30h

Sábado 9:00h - 21.00h

Domingo/feriados 9:00h - 13:00h