

Planos

Power Club		44,00
Musculação livre em qualquer dia e horário.		

Gym Club		51,00
Todas as modalidades de aula de ginástica e musculação livre (exceto spinning em qualquer dia e horário)		

Bike Club		79,00
Spinning e musculação livre em qualquer dia e horário.		

Total Club		98,00
Academia inteira em qualquer dia e horário.		

Observações:

- 1) Nas aulas de Gym e Bike, será obedecido o critério de ordem de chegada e retirada da senha pelos inscritos na modalidade
- 2) As senhas serão liberadas com 1h de antecedência na recepção da academia.
- 3) O limite máximo de tolerância nas aulas de Gym e Bike é de 10 minutos.

Horário de Funcionamento:

Segunda a Sexta 6h às 21h

Sábado: 8h às 14h

Domingo: 8h às 12h

Aulas de Ginástica

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
Body Balance Nanci 7:00	Body Pump Paola 7:00	Body Balance Nanci 7:00	Body Pump Paola 7:00		Body Pump Paola 10:30
					1'
Combat Nanci 18:15	Body Pump Ismênia 18:00	Combat Nanci 18:15	Body Pump Ismênia 18:00		
	Ritmos Ariane 18:45		Ritmos Ariane 18:45		

Aulas de Spinning

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
Spinning Beto 7:00	Spinning Beto 7:00	Spinning Beto 7:00	Spinning Beto 7:00	Spinning Beto 7:00	
Spinning Beto 17:30	Spinning Beto 17:30	Spinning Beto 17:30	Spinning Beto 17:30		
	Spinning Paola 18:30		Spinning Paola 18:30		