

Mapa de Aulas

em vigor a partir de 30 de Setembro

2ª feira			3ª feira			4ª feira			5ª feira			6ª feira			Sábado								
T. Funcional	Aulas	Estúdio	T. Funcional	Aulas	Estúdio	T. Funcional	Aulas	Estúdio	T. Funcional	Aulas	Estúdio	T. Funcional	Aulas	Estúdio	T. Funcional	Aulas	Estúdio						
08h00 às 10h15	09h00 Yoga	Estúdio 2 45 min.	08h00 às 10h15	08h15 GoFlo	Estúdio 1 30 min.	08h00 às 10h15	08h15 Bodyjump	Estúdio 1 30 min.	08h00 às 10h15	09h00 Tone	Estúdio 1 30 min.	08h00 às 10h15	08h30 Fightteam	Estúdio 1 30 min.	09h00 às 10h30								
				09h00 PStrong	Estúdio 1 45 min.		09h00 Pilates	Estúdio 2 45 min.		09h30 Stretching	Estúdio 2 30 min.		09h15 Recharge	Estúdio 2 45 min.									
				09h45 Stretching	Estúdio 2 30 min.																		
12h00 às 12h45	12h45 Pilates	Estúdio 2 45 min.	12h00 às 13h30			12h00 às 13h00	10h30 PStrong	Estúdio 1 45 min.	12h00 às 13h30	10h30 STEP	Estúdio 1 30 min.	12h00 às 13h30					10h30 Aula surpresa						
16h00 às 20h30	16h30 PStrong	Estúdio 1 45 min.	16h00 às 20h30	16h30 Bodyjump	Estúdio 1 30 min.	16h00 às 20h30	13h00 GoFlo	Estúdio 1 30 min.	16h00 às 20h30	16h30 Fightteam	Estúdio 1 30 min.	16h00 às 20h30	16h30 Pilates	Estúdio 2 45 min.									
	17h15 Recharge	Estúdio 2 45 min.		17h15 Pilates	Estúdio 2 45 min.		17h00 STEP	Estúdio 1 30 min.		17h00 Stretching	Estúdio 2 30 min.		17h15 Tone	Estúdio 1 30 min.		17h45 Stretching	Estúdio 2 30 min.						
	17h45 STEP	Estúdio 1 30 min.		17h30 Sh'Bam	Estúdio 1 30 min.		17h30 Recharge	Estúdio 2 45 min.		17h30 GoFlo	Estúdio 1 30 min.		17h30 Yoga	Estúdio 2 45 min.		17h45 Stretching	Estúdio 2 30 min.						
	18h15 Fightteam	Estúdio 1 30 min.		18h00 Tone	Estúdio 1 30 min.		18h00 Sh'Bam	Estúdio 1 30 min.		18h00 Yoga	Estúdio 2 45 min.		18h15 PStrong	Estúdio 1 45 min.		18h15 Bodyjump	Estúdio 1 30 min.						
	18h30 Yoga	Estúdio 2 45 min.		18h15 Yoga	Estúdio 2 45 min.		18h30 Pilates	Estúdio 2 45 min.		18h45 Tone	Estúdio 1 30 min.		19h00 PStrong	Estúdio 1 45 min.		19h00 GoFlo	Estúdio 1 30 min.						
	19h00 Tone	Estúdio 1 30 min.		19h00 STEP	Estúdio 1 30 min.		18h45 Tone	Estúdio 1 30 min.		19h15 Bodyjump	Estúdio 1 30 min.		19h15 Yoga	Estúdio 2 45 min.		19h15 GoFlo	Estúdio 1 30 min.						
	19h30 Stretching	Estúdio 2 30 min.		19h15 Recharge	Estúdio 2 45 min.		19h15 Fightteam	Estúdio 1 30 min.		19h30 Pilates	Estúdio 2 45 min.		19h30 Sh'Bam	Estúdio 1 30 min.									
	19h45 GoFlo	Estúdio 1 30 min.		19h30 PStrong	Estúdio 1 45 min.		19h30 Yoga	Estúdio 2 45 min.															

Horário Total: 2ª a 6ª feira das 08h00 às 20h30 (último Treino Funcional começa às 20h00)

Rua Dr. Álvaro Monteiro, Lote 295 F . Marzovelos . 3510-014 Viseu . 963 488 613 . Facebook: STARgym.Viseu . Instagram: stargym_viseu