

CATEG.	AULAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
LUTAS	JIU-JITSU	11:00 - 12:30 Prof. Fred 18:00 - 19:00 Prof. Sidney Silva 19:30 - 21:00 Prof. Stefano	19:30 - 21:00 Prof. Fred	11:00 - 12:30 Prof. Fred 18:00 - 19:00 Prof. Sidney Silva 19:30 - 21:00 Prof. Fred	19:30 - 21:00 Prof. Fred	11:00 - 12:30 Prof. Stefano 19:00 - 20:00 Prof. Stefano	-
	JIU-JITSU INFANTIL	10:00 - 11:00 Prof. Tania 17:45 - 18:30 (4 a 6 anos) Prof. Tania 18:30 - 19:30 (7 a 12 anos) Prof. Tania	17:45 - 18:30 (3 a 7 anos) Prof. Fred 18:30 - 19:30 (7 a 15 anos) Prof. Fred	10:00 - 11:00 Prof. Tania 17:45 - 18:30 (4 a 6 anos) Prof. Tania 18:30 - 19:30 (7 a 12 anos) Prof. Tania	17:45 - 18:30 (3 a 7 anos) Prof. Fred 18:30 - 19:30 (7 a 15 anos) Prof. Fred	-	-
	MUAY THAI	-	19:45 - 20:45 Prof. Luís Oliveira	-	19:45 - 20:45 Prof. Luís Oliveira	-	-
	KICK-BOXE	-	12:10 - 13:10 Prof. Luis	-	12:10 - 13:10 Prof. Luis	-	-
FUNCIONAL	ALONGAMENTO	09:00 - 09:30 Prof. Amaury	-	09:00 - 09:30 Prof. Amaury	-	09:00 - 09:30 Prof. Amaury	-
	HIDROGINÁSTICA	09:30 - 10:30 Prof. Amaury 19:45 - 20:30 Prof. Meiry	-	09:30 - 10:30 Prof. Amaury 19:45 - 20:30 Prof. Meiry	-	09:30 - 10:30 Prof. Amaury 19:00 - 20:00 Prof. Meiry	-
	CIRCUITO E FUNCIONAL	-	07:30 - 08:30 Prof. Marco	-	07:30 - 08:30 Prof. Marco	-	-
	CROSS7	17:00 - 17:30	-	08:30 - 09:00 17:00 - 17:30 19:00 - 19:30 20:00 - 20:30	-	08:30 - 09:00 19:00 - 19:30 20:00 - 20:30	-
	PILATES	-	09:30 - 10:15 Prof. Amaury 19:00 - 19:45 Prof. Meyre	-	09:30 - 10:15 Prof. Amaury 19:00 - 19:45 Prof. Meyre	-	-
	ZUMBA	18:00 - 18:45 Prof. Rosangela	-	18:00 - 18:45 Prof. Rosangela	-	-	-
	HIIT	18:45 - 19:45 Prof. Rosangela	-	18:45 - 19:45 Prof. Rosangela	-	-	-
CORRIDA	ABDOMINAL	-	18:20 - 19:00 Prof. Wellington	-	18:20 - 19:00 Prof. Wellington	-	-
	BIKE INDOOR	19:00 - 19:45 Prof. Evelyn	08:40 - 09:25 Prof. Marco 18:30 - 19:10 Prof. Augusto	19:00 - 19:45 Prof. Evelyn	08:40 - 09:25 Prof. Marco 18:30 - 19:10 Prof. Augusto	-	-
	CORRIDA DE RUA	18:30 - 19:30 Prof. Augusto (Aula saindo da Maggi Renault)	-	18:30 - 19:30 Prof. Augusto (Aula saindo da Maggi Renault)	-	-	-
INFANTIL	NATAÇÃO KIDS	17:15 - 18:00 Prof. Thiago 18:00 - 18:45 Prof. Thiago 18:45 - 19:30 Prof. Thiago	09:45 - 10:30 Prof. Thiago 17:15 - 18:00 Prof. Thiago 18:00 - 18:45 Prof. Thiago 18:45 - 19:30 Prof. Thiago	17:15 - 18:00 Prof. Thiago 18:00 - 18:45 Prof. Thiago 18:45 - 19:30 Prof. Thiago	09:45 - 10:30 Prof. Thiago 17:15 - 18:00 Prof. Thiago 18:00 - 18:45 Prof. Thiago 18:45 - 19:30 Prof. Thiago	-	-
SERVIÇOS	D.O.T (Diagnostico de Orientação Técnica)	à partir das 18:00 hora marcada Marília	-	à partir das 18:00 hora marcada Marília	-	-	-
	ESTÉTICA	hora marcada	hora marcada	hora marcada	hora marcada	hora marcada	hora marcada
	SAUNA	-	-	-	-	17:00 - 22:00	-
	NUTRIÇÃO	10:00 - 17:00 Dra. Gabriela Brasil	10:00 - 17:00 Dra. Gabriela Brasil	10:00 - 17:00 Dra. Gabriela Brasil	10:00 - 20:00 Dra. Gabriela Brasil	10:00 - 20:00 Dra. Gabriela Brasil	-