



HORÁRIO - AULAS DE GRUPO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
7H35	CYCLING 45' 1		CYCLING 45' 1			
8H30			LOCALIZADA 45' 1		GAP 45' 1	
10H30						HIITCYCLING 45' 1
17H30		TOTAL ABS 45' 1		TOTAL ABS 45' 1		
18H30	LOCALIZADA 45' 1	HIIT 45' 1	GAP 45' 1	HIIT 45' 1		
19H30	ZUMBA DANCE 45' 1	CYCLING 45' 1	CIRCUITO 45' 1	CYCLING 45' 1	ZUMBA DANCE 45' 1	
19H30			PILATES 45' 2		PILATES 45' 2	

1 ESTÚDIO 1

2 ESTÚDIO 2

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:

SEGUNDA A SEXTA-FEIRA: 7H30 - 22H30

SÁBADO: 9H00 - 14H00

FERIADOS: 9H00 - 13H00

DOMINGOS: ENCERRADO

Muv Health Club & Nutrition
HORÁRIO - AULAS DE GRUPO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
7H35	CYCLING 45' ①		CYCLING 45' ①			
8H30			LOCALIZADA 45' ①		GAP 45' ①	
10H30						HIITCYCLING 45' ①
17H30		TOTAL ABS 45' ①		TOTAL ABS 45' ①		
18H30	LOCALIZADA 45' ①	HIIT 45' ①	GAP 45' ①	HIIT 45' ①		
19H30	ZUMBA DANCE 45' ①	CYCLING 45' ①	CIRCUITO 45' ①	CYCLING 45' ①	ZUMBA DANCE 45' ①	
19H30			PILATES 45' ②		PILATES 45' ②	

① ESTÚDIO 1 ② ESTÚDIO 2

HORARIO DE FUNCIONAMENTO:
 SEGUNDA A SEXTA-FEIRA: 7H30 - 22H30 | SÁBADO: 9H00 - 14H00 | FERIADOS: 9H00 - 13H00 | DOMINGOS: ENCERRADO

Muv Health Club & Nutrition
HORÁRIO - AULAS DE GRUPO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
7H35	CYCLING 45' ①		CYCLING 45' ①			
8H30			LOCALIZADA 45' ①		GAP 45' ①	
10H30						HIITCYCLING 45' ①
17H30		TOTAL ABS 45' ①		TOTAL ABS 45' ①		
18H30	LOCALIZADA 45' ①	HIIT 45' ①	GAP 45' ①	HIIT 45' ①		
19H30	ZUMBA DANCE 45' ①	CYCLING 45' ①	CIRCUITO 45' ①	CYCLING 45' ①	ZUMBA DANCE 45' ①	
19H30			PILATES 45' ②		PILATES 45' ②	

① ESTÚDIO 1 ② ESTÚDIO 2

HORARIO DE FUNCIONAMENTO:
 SEGUNDA A SEXTA-FEIRA: 7H30 - 22H30 | SÁBADO: 9H00 - 14H00 | FERIADOS: 9H00 - 13H00 | DOMINGOS: ENCERRADO

Muv Health Club & Nutrition
HORÁRIO - AULAS DE GRUPO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
7H35	CYCLING 45' ①		CYCLING 45' ①			
8H30			LOCALIZADA 45' ①		GAP 45' ①	
10H30						HIITCYCLING 45' ①
17H30		TOTAL ABS 45' ①		TOTAL ABS 45' ①		
18H30	LOCALIZADA 45' ①	HIIT 45' ①	GAP 45' ①	HIIT 45' ①		
19H30	ZUMBA DANCE 45' ①	CYCLING 45' ①	CIRCUITO 45' ①	CYCLING 45' ①	ZUMBA DANCE 45' ①	
19H30			PILATES 45' ②		PILATES 45' ②	

① ESTÚDIO 1 ② ESTÚDIO 2

HORARIO DE FUNCIONAMENTO:
 SEGUNDA A SEXTA-FEIRA: 7H30 - 22H30 | SÁBADO: 9H00 - 14H00 | FERIADOS: 9H00 - 13H00 | DOMINGOS: ENCERRADO

Muv Health Club & Nutrition
HORÁRIO - AULAS DE GRUPO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
7H35	CYCLING 45' ①		CYCLING 45' ①			
8H30			LOCALIZADA 45' ①		GAP 45' ①	
10H30						HIITCYCLING 45' ①
17H30		TOTAL ABS 45' ①		TOTAL ABS 45' ①		
18H30	LOCALIZADA 45' ①	HIIT 45' ①	GAP 45' ①	HIIT 45' ①		
19H30	ZUMBA DANCE 45' ①	CYCLING 45' ①	CIRCUITO 45' ①	CYCLING 45' ①	ZUMBA DANCE 45' ①	
19H30			PILATES 45' ②		PILATES 45' ②	

① ESTÚDIO 1 ② ESTÚDIO 2

HORARIO DE FUNCIONAMENTO:
 SEGUNDA A SEXTA-FEIRA: 7H30 - 22H30 | SÁBADO: 9H00 - 14H00 | FERIADOS: 9H00 - 13H00 | DOMINGOS: ENCERRADO