

Domingo 17/02

Orange Zone CIRCUIT

09:15 às 10:15
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 15/15
Sala Lotada

Segunda 18/02

Orange Zone CIRCUIT

06:00 às 07:00
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 05/15

Orange Zone CIRCUIT

07:00 às 08:00
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 05/15

Grit Cardio NOVIDADE!

09:15 às 09:45
DIEGO
Sala de Ginástica
Inscritos 01/15

FitDance

10:15 às 11:00
LEONARDO
Sala de Ginástica
Inscritos 02/30

Bootcamp

12:15 às 13:00
VINICIUS
Sala Orange / Aula Bootcamp
Inscritos 04/10

SpeedSoul

12:15 às 13:00
NILMAR
Sala de Bike Indoor
Inscritos 00/25

SoulBoxe

Terça 19/02

Bootcamp

06:00 às 06:45
NILMAR
Sala Orange / Aula Bootcamp
Inscritos 00/10

Remo Indoor TOTAL BODY

07:00 às 07:45
NILMAR
Sala de Remo
Inscritos 00/08

Circuito Funcional

09:15 às 10:00
LEANDRO
Sala de Ginástica
Inscritos 00/20

Mat Pilates

10:15 às 11:00
VIVIAN
Sala de Ginástica
Inscritos 00/15

Orange Zone RESISTÊNCIA

12:10 às 13:00
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/15

Muay Thai

15:15 às 16:00
SILAS
Sala de Ginástica
Inscritos 00/16

Orange Zone RESISTÊNCIA

Quarta 20/02

Orange Zone SUPER ALVO

06:00 às 07:00
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/15

Orange Zone SUPER ALVO

07:00 às 08:00
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/15

Grit Força NOVIDADE!

09:15 às 09:45
DIEGO
Sala de Ginástica
Inscritos 00/15

FitDance

10:15 às 11:00
LEONARDO
Sala de Ginástica
Inscritos 00/30

SoulBoxe

12:15 às 13:00
JESSICA
Sala Boxe
Inscritos 00/12

Orange Zone SUPER ALVO

14:15 às 15:00
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/15

Sprint NOVIDADE!

Quinta 21/02

Orange Zone FORÇA

06:00 às 07:00
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/15

SoulBoxe

07:00 às 07:45
JESSICA
Sala Boxe
Inscritos 00/12

Circuito Funcional

09:15 às 10:00
LEANDRO
Sala de Ginástica
Inscritos 00/20

Mat Pilates

10:15 às 11:00
VIVIAN
Sala de Ginástica
Inscritos 00/15

Corda e Remo

12:15 às 12:50
VINICIUS
Sala Orange / Corda e Remo
Inscritos 00/10

TRX Power 30

14:15 às 14:45
NILMAR
Sala de Ginástica
Inscritos 00/15

Muay Thai

14:15 às 15:00
JESSICA
Sala Boxe
Inscritos 00/12

Orange Zone CIRCUIT

15:15 às 16:15
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/15

SpeedSoul

16:15 às 17:00
NILMAR
Sala de Bike Indoor
Inscritos 00/25

Mat Pilates

17:15 às 18:00
MICHELE
Sala de Ginástica
Inscritos 00/15

Remo Indoor Pernas e Abdômen

18:15 às 19:00
MICHELE
Sala de Remo
Inscritos 00/08

Orange Zone CIRCUIT

18:15 às 19:15
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/15

Muay Thai

18:15 às 19:00
SILAS
Sala de Ginástica
Inscritos 00/16

RPM

18:15 às 19:00

16:15 às 17:15
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/15

SoulBoxe

17:15 às 18:00
SILAS
Sala Boxe
Inscritos 00/12

Running Class BASE

18:15 às 19:00
EDEMAR
Sala Cardio
Inscritos 00/09

Pump

18:15 às 19:15
NILMAR
Sala de Ginástica
Inscritos 00/25

Bootcamp

18:15 às 19:00
VINICIUS
Sala Orange / Aula Bootcamp
Inscritos 00/10

SoulBoxe

18:15 às 19:00
SILAS
Sala Boxe
Inscritos 00/12

Remo Indoor DISTÂNCIA MÁXIMA

19:15 às 20:00
NILMAR
Sala de Remo
Inscritos 00/08

Orange Zone RESISTÊNCIA

19:15 às 20:15

15:15 às 15:45
DIEGO
Sala de Bike Indoor
Inscritos 00/25

Remo Indoor TOTAL ABDOMINAL

16:15 às 17:00
NILMAR
Sala de Remo
Inscritos 00/08

Mat Pilates

17:15 às 18:00
VIVIAN
Sala de Ginástica
Inscritos 00/15

Remo Indoor TOTAL ABDOMINAL

18:15 às 19:00
NILMAR
Sala de Remo
Inscritos 00/08

Running Circuit

18:15 às 19:00
EDEMAR
Sala Cardio
Inscritos 00/09

Orange Zone SUPER ALVO

18:15 às 19:15
ANJALI
Sala Orange
Inscritos 00/15

Muay Thai

18:15 às 19:00
SILAS
Sala de Ginástica
Inscritos 00/16

15:15 às 16:00
SILAS
Sala de Ginástica
Inscritos 00/16

Orange Zone FORÇA

16:15 às 17:15
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/15

SoulBoxe

17:15 às 18:00
SILAS
Sala Boxe
Inscritos 00/12

Running Class RESISTÊNCIA

18:15 às 19:00
EDEMAR
Sala Cardio
Inscritos 00/09

Remo Indoor SUPERIORES

18:15 às 19:00
MICHELE
Sala de Remo
Inscritos 00/08

Orange Zone FORÇA

18:15 às 19:15
VINICIUS
Sala Orange
Inscritos 00/15

Pump

18:15 às 19:15
NILMAR
Sala de Ginástica
Inscritos 00/25

Corde e Remo

19:15 às 19:50
VINICIUS

ANJALI
Sala de Bike Indoor
Inscritos 00/25

Running Class CONDICIONAMENTO

19:15 às 20:00
EDEMAR
Sala Cardio
Inscritos 00/09

Orange Zone CIRCUIT

19:15 às 20:15
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/15

Circuito Funcional

19:15 às 20:00
VINICIUS
Sala de Ginástica
Inscritos 00/20

SpeedSoul

19:15 às 20:00
ANJALI
Sala de Bike Indoor
Inscritos 00/25

SoulBoxe

20:15 às 21:00
DANIEL
Sala Boxe
Inscritos 00/12

VINICIUS
Sala Orange
Inscritos 00/15

RPM

19:15 às 20:00
ANJALI
Sala de Bike Indoor
Inscritos 00/25

FitDance

19:20 às 20:00
LEONARDO
Sala de Ginástica
Inscritos 00/30

Mat Pilates

19:15 às 20:00
MICHELE
Sala de Ginástica
Inscritos 00/15

SoulBoxe

19:15 às 20:00
DANIEL
Sala Boxe
Inscritos 00/12

SpeedSoul

19:15 às 20:00
NILMAR
Sala de Bike Indoor
Inscritos 00/25

Power Yoga

20:15 às 21:00
ADRIANA
Sala de Ginástica
Inscritos 00/15

SoulBoxe

20:15 às 21:00
DANIEL
Sala Boxe
Inscritos 00/12

Sala Orange / Corda e Remo
Inscritos 00/10

RPM

19:15 às 20:00
ANJALI
Sala de Bike Indoor
Inscritos 00/25

FitDance

19:20 às 20:00
LEONARDO
Sala de Ginástica
Inscritos 00/30

Orange Zone Extreme

06:00 às 07:00
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/10

Orange Zone Extreme

07:00 às 08:00
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/10

Sprint NOVIDADE!

09:15 às 09:45
DIEGO
Sala de Bike Indoor
Inscritos 00/25

Orange Zone Extreme

12:10 às 13:00
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/10

Mat Pilates

12:15 às 13:00
VIVIAN

Sala de Ginástica
Inscritos 00/15

Orange Zone Extreme

15:15 às 16:15
NILMAR
Sala Orange
Inscritos 00/10

SoulBoxe

16:15 às 17:00
SILAS
Sala Boxe
Inscritos 00/12

Mat Pilates

17:15 às 18:00
MICHELE
Sala de Ginástica
Inscritos 00/15

Running Class DESAFIO 1 HORA

18:15 às 19:15
EDEMAR
Sala Cardio
Inscritos 00/09

Muay Thai

18:15 às 19:00
SILAS
Sala de Ginástica
Inscritos 00/16

Bootcamp

18:15 às 19:00
VINICIUS
Sala Orange / Aula Bootcamp
Inscritos 00/10

SpeedSoul Bagaceira

18:15 às 19:00
NILMAR
Sala de Bike Indoor

Inscritos 00/25

Orange Zone Extreme

19:15 à 20:15

VINICIUS

Sala Orange

Inscritos 00/10

Power Yoga

19:15 à 20:00

ADRIANA

Sala de Ginástica

Inscritos 00/15

Orange Zone CIRCUIT

08:15 à 09:10

VINICIUS

Sala Orange

Inscritos 00/15

Muay Thai

09:00 à 09:45

SILAS

Sala de Ginástica

Inscritos 00/16

Orange Zone CIRCUIT

09:15 à 10:10

VINICIUS

Sala Orange

Inscritos 00/15

Orange Zone CIRCUIT

10:15 à 11:10

ANJALI

Sala Orange

Inscritos 00/15

FitDance

10:15 à 11:00

LEONARDO

Sala de Ginástica

Inscritos 00/30

SpeedSoul

11:15 à 12:00

ANJALI

Sala de Bike Indoor

Inscritos 00/25

SoulBoxe

12:15 à 13:00

DANIEL

Sala Boxe

Inscritos 00/12

