

GRADE DE AULAS | 15 A 20 DE DEZEMBRO

	SEG 15/12	TER 16/12	QUA 17/12	QUI 18/12	SEX 19/12	SÁB 20/12
6h10		Spinning Fernando - 45'		Spinning Fernando - 45'		
7h00	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'	Spinning Renatinha - 45'	
	Pilates Yuri - 55'	Circuito Funcional Pedro - 45'	Pilates Yuri - 55'	Circuito Funcional Gustavo - 45'	Alongamento Marina - 60'	
8h00	Spinning Krys - 45'	Pilates Paulo - 55'	Spinning Krys - 45'	Pilates Paulo - 55'	Spinning Krys - 45'	
	Yoga Flow Duda - 55'		Yoga Flow Duda - 55'			
9h00	Core Marina - 30'	Yoga Lui - 60'	Core Marina - 30'	Yoga Lui - 60'	Yoga Flow Duda - 55'	
9h15	Swimex Burn Murilo - 45'	Super Local Rafa - 45'	Swimex Burn Sofia - 45'	Super Local Rafa - 45'	Swimex Burn Sofia - 45'	
10h00	Ballet Ball Arielle - 60'	Spinning Dipp - 45'		Spinning Dipp - 45'	Mobilidade Malu - 60'	Spinning Renatinha - 45'
	Dance Mix Gessica - 45'	Pilates Luhan - 55'	Dance Mix Gessica - 45'	Pilates Luhan - 55'	Dance Mix Gessica - 45'	
10h15	Spinning Krys - 45'		Spinning Krys - 45'			
11h00		Swimex Run Sofia - 45'		Swimex Run Sofia - 45'	Spinning Taise - 45'	Spinning Renatinha - 45'
		Dance Mix Renatinha - 45'		Dance Mix Renatinha - 45'		
12h15		Spinning Dani - 45'		Spinning Dani - 45'		
15h00	Spinning Taise - 45'		Spinning Taise - 45'		Spinning Renatinha - 45'	
17h00	Swimex Run Murilo - 45'		Swimex Run Murilo - 45'			
17h30	Pilates Yuri - 55'		Pilates Yuri - 55'		Pilates Yuri - 55'	
18h15	Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Fernando - 60'	Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Fernando - 60'		
18h30	Mobilidade Malu - 45'	Pilates Paulo - 55'	Mobilidade Malu - 45'	Pilates Paulo - 55'		
	Spinning Dipp - 45'		Spinning Dipp - 45'		Spinning Dipp - 45'	
19h00		Swimex Burn Gustavo - 60'		Swimex Burn Gustavo - 60'		
19h15	Boxe Rafa - 45'		Boxe Rafa - 45'			

GRADE DE AULAS | 22 A 27 DE DEZEMBRO

	SEG 22/12	TER 23/12	QUA 24/12	QUI 25/12	SEX 26/12	SÁB 27/12
7h00	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'			Spinning Renatinha - 45'	
	Pilates Yuri - 55'	Circuito Funcional Gustavo - 45'			Alongamento Lucilene - 60'	
8h00	Spinning Renatinha - 45'	Pilates Paulo - 55'			Spinning Renatinha - 45'	
9h15	Swimex Burn Gustavo - 45'	Swimex Burn Sofia - 45'			Swimex Burn Gustavo - 45'	
10h00	Alongamento Gustavo - 60'	Pilates Luhan - 55'	Spinning Taise - 45'		Alongamento Gustavo - 60'	Spinning Renatinha - 45'
		Spinning Dipp - 45'				
10h15	Spinning Sofia - 45'					
11h00		Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Taise - 45'		Spinning Renatinha - 45'	
12h15		Spinning Renatinha - 45'				
15h00	Spinning Taise - 45'					
17h30	Pilates Yuri - 55'				Pilates Yuri - 55'	
18h15		Spinning Sofia - 45'				
18h30	Spinning Dipp - 45'	Pilates Paulo - 55'			Spinning Dipp - 45'	
19h00		Swimex Burn Gustavo - 45'				

GRADE DE AULAS | 29 DEZ A 03 JAN

	SEG 29/12	TER 30/12	QUA 31/12	QUI 01/01	SEX 02/01	SÁB 03/01
7h00	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'			Spinning Renatinha - 45'	
	Pilates Yuri - 55'					
9h15	Swimex Burn Gustavo - 45'	Super Local Gustavo - 45'			Swimex Burn Gustavo - 45'	
10h00	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'	Spinning Dipp - 45'		Alongamento Gustavo - 60'	Spinning Dipp - 45'
11h00		Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'		Spinning Renatinha - 45'	
17h30	Pilates Yuri - 55'					
18h15		Spinning Dipp - 45'				
18h30	Spinning Dipp - 45'					
19h15		Swimex Burn Gustavo - 45'				

GRADE DE AULAS | 05 A 10 DE JANEIRO

	SEG 05/01	TER 06/01	QUA 07/01	QUI 08/01	SEX 09/01	SÁB 10/01
6h10		Spinning Sofia - 45'		Spinning Sofia - 45'		
7h00	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'	Spinning Renatinha - 45'	
	Pilates Kawane - 55'		Pilates Kawane - 55'		Alongamento Marina - 60'	
8h00	Spinning Renatinha - 45'	Pilates Kawane - 55'	Spinning Renatinha - 45'	Pilates Kawane - 55'	Spinning Renatinha - 45'	
			Yoga Flow Duda - 60'			
9h00	Core Lucilene - 30'		Core Marina - 30'		Yoga Flow Duda - 60'	
9h15	Swimex Burn Gustavo - 45'	Super Local Gustavo - 45'	Swimex Burn Sofia - 45'	Super Local Gustavo - 45'	Swimex Burn Sofia - 45'	
10h00	Dance Mix Gessica - 45'	Spinning Dioo - 45'	Dance Mix Gessica - 45'	Spinning Dioo - 45'	Dance Mix Gessica - 45'	Spinning Murilo - 45'
10h15	Spinning Renatinha - 45'		Spinning Renatinha - 45'			
11h00		Dance Mix Renatinha - 45'		Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Murilo - 45'
12h15		Spinning Dani Carioca - 45'		Spinning Dani Carioca - 45'		
15h00					Spinning Renatinha - 45'	
17h00			Swimex Run Murilo - 45'			
18h15	Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Sofia - 60'	Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Sofia - 60'		
18h30	Spinning Dipp - 45'		Spinning Dipp - 45'		Spinning Murilo - 45'	
	Mobilidade Gustavo - 60'		Mobilidade Malu - 60'			
19h00		Swimex Burn Gustavo - 60'		Swimex Burn Gustavo - 60'		

GRADE DE AULAS | 12 A 17 DE JANEIRO

	SEG 12/01	TER 13/01	QUA 14/01	QUI 15/01	SEX 16/01	SÁB 17/01
6h10		Spinning Fernando - 45'		Spinning Fernando - 45'		
7h00	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'	Spinning Renatinha - 45'	
	Pilates Ali - 55'	Circuito Funcional Gustavo - 45'	Pilates Ali - 55'	Circuito Funcional Gustavo - 45'	Alongamento Marina - 60'	
8h00	Spinning Júlia - 45'	Pilates Paulo - 55'	Spinning Júlia - 45'	Pilates Paulo - 55'	Spinning Júlia - 45'	
	Yoga Flow Duda - 55'		Yoga Flow Duda - 55'			
9h00	Core Marina - 30'	Yoga Lui - 60'	Core Marina - 30'	Yoga Lui - 60'	Yoga Flow Duda - 55'	
9h15	Swimex Burn Murilo - 45'	Super Local Gustavo - 45'	Swimex Burn Sofia - 45'	Super Local Gustavo - 45'	Swimex Burn Sofia - 45'	
10h00		Spinning Dipp - 45'		Spinning Dipp - 45'	Mobilidade Malu - 60'	Spinning Fernando - 45'
	Dance Mix Gessica - 45'	Pilates Ali - 55'	Dance Mix Gessica - 45'	Pilates Ali - 55'	Dance Mix Gessica - 45'	
10h15	Spinning Renatinha - 45'		Spinning Renatinha - 45'			
11h00		Dance Mix Renatinha - 45'		Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Taise - 45'	Spinning Fernando - 45'
		Swimex Run Sofia - 45'		Swimex Run Sofia - 45'		
12h15		Spinning Dani Carioca - 45'		Spinning Dani Carioca - 45'		
15h00	Spinning Taise - 45'		Spinning Taise - 45'		Spinning Renatinha - 45'	
17h00	Swimex Run Murilo - 45'		Swimex Run Murilo - 45'			
17h30	Pilates Malu - 55'		Pilates Malu - 55'		Pilates Malu - 55'	
18h15	Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Fernando - 60'	Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Fernando - 60'		
18h30	Mobilidade Malu - 45'	Pilates Paulo - 55'	Mobilidade Malu - 45'	Pilates Paulo - 55'		
	Spinning Dipp - 45'		Spinning Dipp - 45'		Spinning Murilo - 45'	
19h00		Swimex Burn Gustavo - 60'		Swimex Burn Gustavo - 60'		
19h30		Yoga Isabela - 60'		Yoga Isabela - 60'		

GRADE DE AULAS | 19 A 24 DE JANEIRO

	SEG 19/01	TER 20/01	QUA 21/01	QUI 22/01	SEX 23/01	SÁB 24/01
6h10		Spinning Fernando - 45'		Spinning Fernando - 45'		
7h00	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'	Spinning Renatinha - 45'	
	Pilates Ali - 55'	Círculo Funcional Pedro - 45'	Pilates Yuri - 55'	Círculo Funcional Pedro - 45'	Alongamento Marina - 60'	
8h00	Spinning Júlia - 45'	Pilates Paulo - 55'	Spinning Júlia - 45'	Pilates Paulo - 55'	Spinning Krys - 45'	
	Yoga Flow Duda - 55'	Muay Thai Felipe - 60'	Yoga Flow Duda - 55'	Muay Thai Felipe - 60'		
9h00	Core Marina - 30'	Yoga Lui - 60'	Core Marina - 30'	Yoga Lui - 60'	Yoga Flow Duda - 55'	
9h15	Swimex Burn Murilo - 45'	Super Local Gustavo - 45'	Swimex Burn Sofia - 45'	Super Local Rafa - 45'	Swimex Burn Sofia - 45'	
10h00	Ballet Ball Ariele - 60'	Spinning Dipp - 45'	Ballet Ball Ariele - 60'	Spinning Dipp - 45'	Mobilidade Malu - 60'	Spinning Taise - 45'
	Dance Mix Gessica - 45'	Pilates Ali - 55'	Dance Mix Gessica - 45'	Pilates Ali - 55'	Dance Mix Gessica - 45'	
10h15	Spinning Renatinha - 45'		Spinning Renatinha - 45'			
11h00		Dance Mix Renatinha - 45'		Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Taise - 45'	Spinning Taise - 45'
		Swimex Run Sofia - 45'		Swimex Run Sofia - 45'		
12h15		Spinning Dani Carioca - 45'		Spinning Dani Carioca - 45'		
15h00	Spinning Taise - 45'		Spinning Taise - 45'		Spinning Renatinha - 45'	
17h00	Swimex Run Murilo - 45'	Muay Thai Felipe - 60'	Swimex Run Murilo - 45'	Muay Thai Felipe - 60'		
17h30	Pilates Mali - 55'		Pilates Yuri - 55'		Pilates Yuri - 55'	
18h15	Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Fernando - 60'	Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Fernando - 60'		
18h30	Mobilidade Malu - 45'	Pilates Paulo - 55'	Mobilidade Malu - 45'	Pilates Paulo - 55'		
	Spinning Dipp - 45'		Spinning Dipp - 45'		Spinning Murilo - 45'	
19h00		Swimex Burn Gustavo - 60'		Swimex Burn Gustavo - 60'		
19h15			Boxe Rafa - 45'			
19h30		Yoga Flow Isabela - 55'		Yoga Flow Isabela - 55'		
20h00	Spinning Júlia - 45'		Spinning Júlia - 45'			

GRADE DE AULAS | 26 A 31 JANEIRO

	SEG 26/01	TER 27/01	QUA 28/01	QUI 29/01	SEX 30/01	SÁB 31/02
6h10		Spinning Fernando - 45'		Spinning Fernando - 45'		
7h00	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'	Spinning Renatinha - 45'	Spinning Dipp - 45'	Spinning Renatinha - 45'	
	Pilates Yuri - 55'	Circuito Funcional Pedro - 45'	Pilates Yuri - 55'	Circuito Funcional Pedro - 45'	Alongamento Marina - 60'	
8h00	Spinning Krys - 45'	Pilates Paulo - 55'	Spinning Krys - 45'	Pilates Paulo - 55'	Spinning Krys - 45'	
	Yoga Flow Duda - 55'	Muay Thai Felipe - 60'	Yoga Flow Duda - 55'	Muay Thai Felipe - 60'		
9h00	Core Marina - 30'	Yoga Lui - 60'	Core Marina - 30'	Yoga Lui - 60'	Yoga Flow Duda - 55'	
9h15	Swimex Burn Murilo - 45'	Super Local Rafa - 45'	Swimex Burn Sofia - 45'	Super Local Rafa - 45'	Swimex Burn Sofia - 45'	
10h00	Ballet Ball Ariele - 60'	Spinning Dipp - 45'	Ballet Ball Ariele - 60'	Spinning Dipp - 45'	Mobilidade Malu - 60'	Spinning Krys - 45'
	Dance Mix Gessica - 45'	Pilates Luhan - 55'	Dance Mix Gessica - 45'	Pilates Luhan - 55'	Dance Mix Gessica - 45'	
10h15	Spinning Krys - 45'		Spinning Krys - 45'			
11h00		Swimex Run Sofia - 60'		Swimex Run Sofia - 60'	Spinning Taise - 45'	Spinning Krys - 45'
		Dance Mix Renatinha - 45'		Dance Mix Renatinha - 45'		
12h15		Spinning Dani - 45'		Spinning Dani - 45'		
15h00	Spinning Taise - 45'		Spinning Taise - 45'		Spinning Renatinha - 45'	
17h00	Swimex Run Murilo - 45'	Muay Thai Felipe - 60'	Swimex Run Murilo - 45'	Muay Thai Felipe - 60'		
17h30	Pilates Yuri - 55'		Pilates Yuri - 55'		Pilates Yuri - 55'	
18h15	Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Fernando - 60'	Dance Mix Renatinha - 45'	Spinning Fernando - 60'		
18h30	Mobilidade Malu - 45'	Pilates Paulo - 55'	Mobilidade Malu - 45'	Pilates Paulo - 55'		
	Spinning Dipp - 45'		Spinning Dipp - 45'		Spinning Murilo - 45'	
19h00		Swimex Burn Gustavo - 60'		Swimex Burn Gustavo - 60'		
19h15	Boxe Rafa - 45'		Boxe Rafa - 45'			
19h30		Yoga Isabela - 60'		Yoga Isabela - 60'		
20h00	Spinning Júlia - 45'		Spinning Júlia - 45'			