

QUADRO DE HORÁRIOS



MUSCULAÇÃO

Obs.: Necessário o app Pacto Treino para agendamento e o app Zoom para acompanhar as aulas.

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
07:00	MUSCULAÇÃO BRUNO SOUZA	MUSCULAÇÃO MARCUS MATTOS	MUSCULAÇÃO BRUNO SOUZA	MUSCULAÇÃO MARCUS MATTOS	MUSCULAÇÃO BRUNO SOUZA
07:40					
08:20					
10:20	MUSCULAÇÃO TUNINHO PACHECO	MUSCULAÇÃO JOSÉ JR.	MUSCULAÇÃO TUNINHO PACHECO	MUSCULAÇÃO JOSÉ JR.	MUSCULAÇÃO TUNINHO PACHECO
11:00					
11:40					
14:20	MUSCULAÇÃO PAULO MAURÍCIO	MUSCULAÇÃO GABRIEL PAULIAC	MUSCULAÇÃO PAULO MAURÍCIO	MUSCULAÇÃO GABRIEL PAULIAC	MUSCULAÇÃO PAULO MAURÍCIO
15:00					
15:40					
17:00					
17:40	MUSCULAÇÃO TUNINHO PACHECO		MUSCULAÇÃO TUNINHO PACHECO		MUSCULAÇÃO TUNINHO PACHECO
18:20		MUSCULAÇÃO ADRIANO ABREU		MUSCULAÇÃO ADRIANO ABREU	
19:00					



ENTRE EM CONTATO PELO WHATSAPP 21 98489-2572

QUADRO DE HORÁRIOS



ALONGAMENTO, PILATES E YOGA

Obs.: Necessário o app Pacto Treino para agendamento e o app Zoom para acompanhar as aulas.

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
07:00	PILATES MARCELLA LANZA				PILATES MARCELLA LANZA
10:00	PILATES ARMANDO LOPES	ALONGAMENTO LARA BENEVIDES	PILATES ARMANDO LOPES	ALONGAMENTO LARA BENEVIDES	PILATES ARMANDO LOPES
11:00	PILATES ARMANDO LOPES		PILATES ARMANDO LOPES		PILATES ARMANDO LOPES
12:00	PILATES BRUNO CARVALHO	YOGA VICTOR AMORIM	PILATES BRUNO CARVALHO	YOGA VICTOR AMORIM	PILATES BRUNO CARVALHO
16:00	PILATES BRUNO CARVALHO		PILATES BRUNO CARVALHO		
19:00	PILATES JOÃO PEDRO		PILATES JOÃO PEDRO		PILATES JOÃO PEDRO



ENTRE EM CONTATO PELO WHATSAPP 21 98489-2572

QUADRO DE HORÁRIOS



HIDROGINÁSTICA E FUNCIONAL

Obs.: Necessário o app Pacto Treino para agendamento e o app Zoom para acompanhar as aulas.

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
07:00	HIDROGINÁSTICA MARCELO		HIDROGINÁSTICA MARCELO		HIDROGINÁSTICA MARCELO
07:40	AZEVEDO		AZEVEDO		AZEVEDO
08:20		HIDROGINÁSTICA MURILO		HIDROGINÁSTICA MURILO	
09:00		PACHECO		PACHECO	
09:40	HIDROGINÁSTICA RICARDO		HIDROGINÁSTICA RICARDO		HIDROGINÁSTICA RICARDO
10:20	BRAGA		BRAGA		BRAGA
15:30	HIDROGINÁSTICA RAFAEL		HIDROGINÁSTICA RAFAEL		HIDROGINÁSTICA RAFAEL
16:20	TRINDADE		TRINDADE		TRINDADE
18:20	FUNCIONAL EDUARDO		FUNCIONAL EDUARDO		FUNCIONAL EDUARDO
19:00	MOURELLE		MOURELLE		MOURELLE



ENTRE EM CONTATO PELO WHATSAPP 21 98489-2572