



# QUADRO DE HORÁRIOS



## MUSCULAÇÃO

Obs.: É necessário agendar sua aula/horário através do aplicativo TREINO, disponível em nosso site ([www.stellatorreao.com.br](http://www.stellatorreao.com.br)) para iOS e Android.



21 98489-2572

|       | SEGUNDA-FEIRA                                  | TERÇA-FEIRA                                | QUARTA-FEIRA                                   | QUINTA-FEIRA                               | SEXTA-FEIRA                                    |
|-------|--|--|--|--|--|
| 06:10 | <b>Musculação</b><br>Prof. Douglas Alves       | <b>Musculação</b><br>Prof. Douglas Alves   | <b>Musculação</b><br>Prof. Douglas Alves       | <b>Musculação</b><br>Prof. Douglas Alves   | <b>Musculação</b><br>Prof. Douglas Alves       |
| 07:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      | <b>Musculação</b><br>Prof. Marcus Mattos   | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      | <b>Musculação</b><br>Prof. Marcus Mattos   | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      |
| 08:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      | <b>Musculação</b><br>Prof. Marcus Mattos   | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      | <b>Musculação</b><br>Prof. Marcus Mattos   | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      |
| 09:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Carlos Renato Abreu | <b>Musculação</b><br>Prof. Marcus Mattos   | <b>Musculação</b><br>Prof. Carlos Renato Abreu | <b>Musculação</b><br>Prof. Marcus Mattos   | <b>Musculação</b><br>Prof. Carlos Renato Abreu |
| 10:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     |
| 11:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     |
| 12:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     |
| 13:00 |  |  |  |  |  |
| 14:00 |  |  |  |  |  |
| 15:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      | <b>Musculação</b><br>Prof. José Júnior     | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      | <b>Musculação</b><br>Prof. José Júnior     | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      |
| 16:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      | <b>Musculação</b><br>Prof. José Júnior     | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      | <b>Musculação</b><br>Prof. José Júnior     | <b>Musculação</b><br>Prof. Paulo Maurício      |
| 17:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     |
| 18:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     |
| 19:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     |
| 20:00 | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco | <b>Musculação</b><br>Prof. Tuninho Pacheco     |



# QUADRO DE HORÁRIOS



## HIDROGINÁSTICA

Obs.: É necessário agendar sua aula/horário através do aplicativo TREINO, disponível em nosso site ([www.stellatorreao.com.br](http://www.stellatorreao.com.br)) para iOS e Android.



21 98489-2572

|       | SEGUNDA-FEIRA                                  | TERÇA-FEIRA                                     | QUARTA-FEIRA                                   | QUINTA-FEIRA                                    | SEXTA-FEIRA                                    |
|-------|--|---|--|---|--|
| 07:00 | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Vitor Hugo      | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Claudio Pereira  | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Vitor Hugo      | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Claudio Pereira  | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Vitor Hugo      |
| 07:50 | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Vitor Hugo      | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Claudio Pereira  | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Vitor Hugo      | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Claudio Pereira  | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Vitor Hugo      |
| 08:40 | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Vitor Hugo      | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Claudio Pereira  | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Vitor Hugo      | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Claudio Pereira  | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Vitor Hugo      |
| 09:30 | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Ricardo Braga   | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Vinícius Barbosa | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Ricardo Braga   | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Vinícius Barbosa | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Ricardo Braga   |
| 10:10 | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Ricardo Braga   |   | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Ricardo Braga   |   | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Ricardo Braga   |
| 10:50 | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Ricardo Braga   |   | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Ricardo Braga   |   | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Ricardo Braga   |
| 11:30 | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Stella Torreão  | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Gabriel Pauliac  | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Stella Torreão  | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Gabriel Pauliac  | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Stella Torreão  |
| 13:00 |  |   |  |   |  |
| 14:00 |  |   |  |   |  |
| 15:30 | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Rafael Trindade |   | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Rafael Trindade |   |  |
| 16:20 | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Rafael Trindade |   | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Rafael Trindade |   | <b>Hidroginástica</b><br>Prof. Rafael Trindade |



# QUADRO DE HORÁRIOS



## PILATES

Obs.: É necessário agendar sua aula/horário através do aplicativo **TREINO**, disponível em nosso site ([www.stellatorreeo.com.br](http://www.stellatorreeo.com.br)) para iOS e Android.



21 98489-2572

|       | SEGUNDA-FEIRA                               | TERÇA-FEIRA                               | QUARTA-FEIRA                                | QUINTA-FEIRA                              | SEXTA-FEIRA                                 |
|-------|---|---|---|---|---|
| 07:00 | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Ticiane Cabral    | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Marinho | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Ticiane Cabral    | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Marinho | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Ticiane Cabral    |
| 08:00 | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes     | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Marinho | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes     | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Marinho | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes     |
| 09:00 | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes     | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Bhering | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes     | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Bhering | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes     |
| 10:00 | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes     | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Bhering | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes     | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Bhering | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes     |
| 11:00 | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Ticiane Cabral    | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Bhering | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Ticiane Cabral    | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Bhering | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Ticiane Cabral    |
| 12:00 | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Ticiane Cabral    | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Bhering | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Ticiane Cabral    | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Bhering | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Ticiane Cabral    |
| 13:00 | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Rodrigo Fabrini   |   | <b>Pilates</b><br>Fisiot. João Antônio      |   | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Rodrigo Fabrini   |
| 14:00 |   | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes   |   | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes   |   |
| 15:00 | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Rodrigo Fabrini   | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes   | <b>Pilates</b><br>Fisiot. João Antônio      | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes   | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Rodrigo Fabrini   |
| 16:00 |   | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes   |   | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes   |   |
| 17:00 | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Alexandre Ribeiro | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes   | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Alexandre Ribeiro | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Armando Lopes   | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Alexandre Ribeiro |
| 18:00 | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Alexandre Ribeiro | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Bhering | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Alexandre Ribeiro | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Leandro Bhering | <b>Pilates</b><br>Fisiot. Alexandre Ribeiro |



# QUADRO DE HORÁRIOS



## ESPAÇO LAGOA

Obs.: É necessário agendar sua aula/horário através do aplicativo **TREINO**, disponível em nosso site ([www.stellatorreao.com.br](http://www.stellatorreao.com.br)) para iOS e Android.



21 98489-2572

|       | SEGUNDA-FEIRA                                      | TERÇA-FEIRA   | QUARTA-FEIRA                                       | QUINTA-FEIRA  | SEXTA-FEIRA  |
|-------|--|---|--|---|--|
| 07:00 | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Daniel Cutis / Mateus | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Anilto Júnior          | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Daniel Cutis / Mateus | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Anilto Júnior          | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Daniel Cutis / Mateus |
|       |  | <b>Caminhada/Corrida</b><br>Prof. Gustavo Belisário |  | <b>Caminhada/Corrida</b><br>Prof. Gustavo Belisário |  |
| 08:00 | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Daniel Cutis / Mateus | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Anilto Júnior          | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Daniel Cutis / Mateus | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Anilto Júnior          | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Daniel Cutis / Mateus |
|       |  | <b>Caminhada/Corrida</b><br>Prof. Gustavo Belisário |  | <b>Caminhada/Corrida</b><br>Prof. Gustavo Belisário |  |
| 09:00 | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Daniel Cutis / Mateus | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Anilto Júnior          | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Daniel Cutis / Mateus | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Anilto Júnior          | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Daniel Cutis / Mateus |
|       |  | <b>Caminhada/Corrida</b><br>Prof. Gustavo Belisário |  | <b>Caminhada/Corrida</b><br>Prof. Gustavo Belisário |  |
| 13:00 |  |   |  |   |  |
| 14:00 |  |   |  |   |  |
| 17:00 | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Adriano Abreu         | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Gabriel Pauliac        | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Adriano Abreu         | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Gabriel Pauliac        | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Adriano Abreu         |
| 18:00 | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Adriano Abreu         | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Gabriel Pauliac        | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Adriano Abreu         | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Gabriel Pauliac        | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Adriano Abreu         |
| 19:00 | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Adriano Abreu         | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Adriano Abreu          | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Adriano Abreu         | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Adriano Abreu          | <b>Treino Lagoa</b><br>Prof. Adriano Abreu         |



# QUADRO DE HORÁRIOS



## NATAÇÃO INFANTIL

Obs.: É necessário agendar sua aula/horário através do aplicativo TREINO, disponível em nosso site ([www.stellatorreeo.com.br](http://www.stellatorreeo.com.br)) para iOS e Android.



21 98489-2572

|       | SEGUNDA-FEIRA  | TERÇA-FEIRA  | QUARTA-FEIRA   | QUINTA-FEIRA   | SEXTA-FEIRA  |
|-------|--|--|--|--|--|
| 08:00 |  | <b>Turma de Bebês</b><br>Prof. Roberto Zuquim        |  | <b>Turma de Bebês</b><br>Prof. Roberto Zuquim        |  |
| 08:30 |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  |
| 08:50 | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. André Bernardo |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. André Bernardo |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. André Bernardo |
| 09:00 |  | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  |
| 09:20 | <b>Turma de Bebês</b><br>Prof. Roberto Zuquim        |  | <b>Turma de Bebês</b><br>Prof. Roberto Zuquim        |  | <b>Turma de Bebês</b><br>Prof. Roberto Zuquim        |
| 09:40 |  | <b>Turma de Bebês</b><br>Prof. Daniel Cutis          |  | <b>Turma de Bebês</b><br>Prof. Daniel Cutis          |  |
| 09:50 | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |
| 10:10 |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Daniel Cutis   |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Daniel Cutis   |  |
| 10:20 | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 05 a 08 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 05 a 08 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |
| 10:50 |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Daniel Cutis   |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Daniel Cutis   |  |
| 11:00 | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |
| 13:00 |  |  |  |  |  |
| 14:00 |  |  |  |  |  |
| 15:20 | <b>Turma de Bebês</b><br>Prof. Roberto Zuquim        |  | <b>Turma de Bebês</b><br>Prof. Roberto Zuquim        |  | <b>Turma de Bebês</b><br>Prof. Roberto Zuquim        |
| 15:50 | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |
| 16:30 |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  |
| 17:00 | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 05 a 08 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 05 a 08 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |
| 17:10 |  | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Ana Célia      |  | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Ana Célia      |  |
| 17:30 | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |
| 17:50 |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  | <b>Turma de 02 a 04 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |  |
| 18:00 |  | <b>Turma de 07 a 10 Anos</b><br>Prof. Ana Célia      |  | <b>Turma de 07 a 10 Anos</b><br>Prof. Ana Célia      |  |
| 18:20 | <b>Turma de 05 a 08 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 05 a 08 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 04 a 06 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim | <b>Turma de 05 a 08 Anos</b><br>Prof. Roberto Zuquim |



# QUADRO DE HORÁRIOS



## JUDÔ INFANTIL

Obs.: É necessário agendar sua aula/horário através do aplicativo **TREINO**, disponível em nosso site ([www.stellatorreao.com.br](http://www.stellatorreao.com.br)) para iOS e Android.



21 98489-2572

|       | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA                                    | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA                                   | SEXTA-FEIRA |
|-------|---------------|--|--------------|--|-------------|
| 08:30 |               | <b>Judô Infantil</b><br>Prof. Guilherme Aprijo |              | <b>Judô Infantil</b><br>Prof. Guilherme Aprijo |             |
| 09:30 |               | <b>Judô Infantil</b><br>Prof. Guilherme Aprijo |              | <b>Judô Infantil</b><br>Prof. Guilherme Aprijo |             |
| 13:00 |               |  |              |  |             |
| 14:00 |               |  |              |  |             |
| 17:00 |               | <b>Judô Infantil</b><br>Prof. Guilherme Aprijo |              | <b>Judô Infantil</b><br>Prof. Guilherme Aprijo |             |
| 18:00 |               | <b>Judô Infantil</b><br>Prof. Guilherme Aprijo |              | <b>Judô Infantil</b><br>Prof. Guilherme Aprijo |             |



# QUADRO DE HORÁRIOS



## AULAS EXTRA PRESENCIAL

Obs.: É necessário agendar sua aula/horário através do aplicativo TREINO, disponível em nosso site ([www.stellatorreao.com.br](http://www.stellatorreao.com.br)) para iOS e Android.



21 98489-2572

|       | SEGUNDA-FEIRA                              | TERÇA-FEIRA                         | QUARTA-FEIRA                               | QUINTA-FEIRA                        | SEXTA-FEIRA                                |
|-------|--|-------------------------------------|--|-------------------------------------|--|
| 07:50 | <b>Funcional</b><br>Prof. Vinícius Barbosa |                                     | <b>Funcional</b><br>Prof. Vinícius Barbosa |                                     | <b>Funcional</b><br>Prof. Vinícius Barbosa |
| 13:00 |  |                                     |  |                                     |  |
| 14:00 |  |                                     |  |                                     |  |
| 18:00 |  | <b>Yoga</b><br>Fisiot. Luiz Antônio |  | <b>Yoga</b><br>Fisiot. Luiz Antônio |  |
| 19:00 | <b>Muay Thai</b><br>Inst. Marcio Cocada    |                                     | <b>Muay Thai</b><br>Inst. Marcio Cocada    |                                     |  |



# QUADRO DE HORÁRIOS



## AULAS ONLINE (APP ZOOM)

Obs.: É necessário agendar sua aula/horário através do aplicativo TREINO, disponível em nosso site ([www.stellatorreeo.com.br](http://www.stellatorreeo.com.br)) para iOS e Android.



21 98489-2572

|       | SEGUNDA-FEIRA                                      | TERÇA-FEIRA                                     | QUARTA-FEIRA                                       | QUINTA-FEIRA                                    | SEXTA-FEIRA  |
|-------|--|---|--|---|--|
| 07:50 | <b>Funcional ONLINE</b><br>Prof. Vinícius Barbosa  |   | <b>Funcional ONLINE</b><br>Prof. Vinícius Barbosa  |   | <b>Funcional ONLINE</b><br>Prof. Vinícius Barbosa  |
| 08:00 |  | <b>Funcional ONLINE</b><br>Prof. Michael Brenon |  | <b>Funcional ONLINE</b><br>Prof. Michael Brenon |  |
| 09:00 |  | <b>Pilates ONLINE</b><br>Fisiot. Maíra Rosa     |  | <b>Pilates ONLINE</b><br>Fisiot. Maíra Rosa     |  |
| 10:00 | <b>Funcional ONLINE</b><br>Prof. Victor Hugo       |   | <b>Funcional ONLINE</b><br>Prof. Victor Hugo       |   | <b>Funcional ONLINE</b><br>Prof. Victor Hugo       |
| 11:00 | <b>Pilates ONLINE</b><br>Fisiot. Armando Lopes     |   | <b>Pilates ONLINE</b><br>Fisiot. Armando Lopes     |   | <b>Pilates ONLINE</b><br>Fisiot. Armando Lopes     |
| 12:00 |  |   | <b>Meditação ONLINE</b><br>Inst. Brahma Kumaris    |   |  |
| 13:00 |  |   |  |   |  |
| 14:00 |  |   |  |   |  |
| 16:00 | <b>Pilates ONLINE</b><br>Fisiot. Rodrigo Fabrini   |   | <b>Pilates ONLINE</b><br>Fisiot. João Antônio      |   |  |
| 18:00 |  |   |  |   | <b>Pilates ONLINE</b><br>Fisiot. Alexandre Ribeiro |
| 19:00 | <b>Pilates ONLINE</b><br>Fisiot. Alexandre Ribeiro |   | <b>Pilates ONLINE</b><br>Fisiot. Alexandre Ribeiro |   |  |
|       | <b>Yoga ONLINE</b><br>Fisiot. Luiz Antônio         |   | <b>Yoga ONLINE</b><br>Fisiot. Luiz Antônio         |   |  |