



QUADRO DE HORÁRIOS



MUSCULAÇÃO

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



21 98489-2572

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
06:10	Musculação Prof. Mateus Maravilhas	Musculação Prof. Douglas Alves	Musculação Prof. Douglas Alves	Musculação Prof. Douglas Alves	Musculação Prof. Paulo Maurício
07:00	Musculação Prof. Paulo Maurício	Musculação Prof. Marcus Mattos	Musculação Prof. Paulo Maurício	Musculação Prof. Marcus Mattos	Musculação Prof. Paulo Maurício
08:00	Musculação Prof. Paulo Maurício	Musculação Prof. Marcus Mattos	Musculação Prof. Paulo Maurício	Musculação Prof. Marcus Mattos	Musculação Prof. Paulo Maurício
09:00	Musculação Prof. Douglas Alves	Musculação Prof. Marcus Mattos	Musculação Prof. Douglas Alves	Musculação Prof. Marcus Mattos	Musculação Prof. Douglas Alves
10:00	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco
11:00	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco
12:00	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco
13:00					
14:00					
15:00	Musculação Prof. Paulo Maurício	Musculação Prof. José Júnior	Musculação Prof. Paulo Maurício	Musculação Prof. José Júnior	Musculação Prof. Paulo Maurício
16:00	Musculação Prof. Paulo Maurício	Musculação Prof. José Júnior	Musculação Prof. Paulo Maurício	Musculação Prof. José Júnior	Musculação Prof. Paulo Maurício
17:00	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco
18:00	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco
19:00	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco
20:00	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação Prof. Tuninho Pacheco	Musculação 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) para iOS e Android.



21 98489-2572

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
07:00	Hidroginástica Prof. Vitor Hugo	Hidroginástica Prof. Claudio Pereira	Hidroginástica Prof. Vitor Hugo	Hidroginástica Prof. Claudio Pereira	Hidroginástica Prof. Vitor Hugo
07:50	Hidroginástica Prof. Vitor Hugo	Hidroginástica Prof. Claudio Pereira	Hidroginástica Prof. Vitor Hugo	Hidroginástica Prof. Claudio Pereira	Hidroginástica Prof. Vitor Hugo
08:40	Hidroginástica Prof. Vitor Hugo		Hidroginástica Prof. Vitor Hugo		Hidroginástica Prof. Vitor Hugo
09:30	Hidroginástica Prof. Ricardo Braga	Hidroginástica Prof. Vinícius Barbosa	Hidroginástica Prof. Ricardo Braga	Hidroginástica Prof. Vinícius Barbosa	Hidroginástica Prof. Ricardo Braga
10:10	Hidroginástica Prof. Ricardo Braga		Hidroginástica Prof. Ricardo Braga		Hidroginástica Prof. Ricardo Braga
10:50	Hidroginástica Prof. Ricardo Braga		Hidroginástica Prof. Ricardo Braga		Hidroginástica Prof. Ricardo Braga
11:30	Hidroginástica Prof. Stella Torreão	Hidroginástica Prof. Gabriel Pauliac	Hidroginástica Prof. Stella Torreão	Hidroginástica Prof. Gabriel Pauliac	Hidroginástica Prof. Stella Torreão
13:00					
14:00					
15:30	Hidroginástica Prof. Rafael Trindade		Hidroginástica Prof. Rafael Trindade		
16:20	Hidroginástica Prof. Rafael Trindade		Hidroginástica Prof. Rafael Trindade		
18:50		Hidroginástica Prof. Ana Célia		Hidroginástica Prof. Ana Célia	



QUADRO DE HORÁRIOS



PILATES

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



21 98489-2572

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
06:10	Pilates Fisiot. Ticiane Cabral		Pilates Fisiot. Ticiane Cabral		Pilates Fisiot. Ticiane Cabral
07:00	Pilates Fisiot. Ticiane Cabral	Pilates Fisiot. Leandro Marinho	Pilates Fisiot. Ticiane Cabral	Pilates Fisiot. Leandro Marinho	Pilates Fisiot. Ticiane Cabral
08:00	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. Leandro Marinho	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. Leandro Marinho	Pilates Fisiot. Armando Lopes
09:00	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Armando Lopes
10:00	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Armando Lopes
11:00	Pilates Fisiot. Ticiane Cabral	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Ticiane Cabral	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Ticiane Cabral
12:00	Pilates Fisiot. Ticiane Cabral	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Ticiane Cabral	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Ticiane Cabral
13:00	Pilates Fisiot. Rodrigo Fabrini		Pilates Fisiot. João Antônio		Pilates Fisiot. Rodrigo Fabrini
14:00		Pilates Fisiot. Armando Lopes		Pilates Fisiot. Armando Lopes	
15:00	Pilates Fisiot. Rodrigo Fabrini	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. João Antônio	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. Rodrigo Fabrini
16:00	Pilates Fisiot. Rodrigo Fabrini	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. João Antônio	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. Rodrigo Fabrini
17:00	Pilates Fisiot. Alexandre Ribeiro	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. Alexandre Ribeiro	Pilates Fisiot. Armando Lopes	Pilates Fisiot. Alexandre Ribeiro
18:00	Pilates Fisiot. Alexandre Ribeiro	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Alexandre Ribeiro	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Alexandre Ribeiro
19:00	Pilates Fisiot. Alexandre Ribeiro	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Alexandre Ribeiro	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	
20:00	Pilates Fisiot. Alexandre Ribeiro	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	Pilates Fisiot. Alexandre Ribeiro	Pilates Fisiot. Leandro Bhering	



QUADRO DE HORÁRIOS



ESPAÇO LAGOA

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



21 98489-2572

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
07:00	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas	Treino Lagoa Prof. Anilto Júnior	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas	Treino Lagoa Prof. Anilto Júnior	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas
		Caminhada/Corrida Prof. Gustavo Belisário		Caminhada/Corrida Prof. Gustavo Belisário	
08:00	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas	Treino Lagoa Prof. Anilto Júnior	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas	Treino Lagoa Prof. Anilto Júnior	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas
		Caminhada/Corrida Prof. Gustavo Belisário		Caminhada/Corrida Prof. Gustavo Belisário	
09:00	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas	Treino Lagoa Prof. Anilto Júnior	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas	Treino Lagoa Prof. Anilto Júnior	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas
		Caminhada/Corrida Prof. Gustavo Belisário		Caminhada/Corrida Prof. Gustavo Belisário	
13:00					
14:00					
17:00	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas	Treino Lagoa Prof. Gabriel Pauliac	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas	Treino Lagoa Prof. Gabriel Pauliac	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas
18:00	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas	Treino Lagoa Prof. Gabriel Pauliac	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas	Treino Lagoa Prof. Gabriel Pauliac	Treino Lagoa Prof. Matheus Maravilhas



QUADRO DE HORÁRIOS



NATAÇÃO INFANTIL

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



21 98489-2572

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



QUADRO DE HORÁRIOS



NATAÇÃO INFANTIL "FDS"

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



21 98489-2572

SÁBADOS	
09:10	Turma de Bebês Prof. André Bernardo
09:40	Turma de 02 a 04 Anos Prof. André Bernardo
10:10	Turma de 02 a 04 Anos Prof. André Bernardo
10:40	Turma de 04 a 06 Anos Prof. André Bernardo
11:20	Turma de 05 a 10 Anos Prof. André Bernardo



QUADRO DE HORÁRIOS



JUDÔ INFANTIL

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



21 98489-2572

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
08:30		Judô Infantil Prof. Guilherme Aprijo		Judô Infantil Prof. Guilherme Aprijo	
09:30		Judô Infantil Prof. Guilherme Aprijo		Judô Infantil Prof. Guilherme Aprijo	
13:00					
14:00					
17:00		Judô Infantil Prof. Guilherme Aprijo		Judô Infantil Prof. Guilherme Aprijo	
18:00		Judô Infantil Prof. Guilherme Aprijo		Judô Infantil 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.stellatorreeo.com.br) para iOS e Android.



21 98489-2572

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
06:50	Yoga Prof. Fernanda Souza		Yoga Prof. Fernanda Souza		
07:00		Yoga Prof. Fernanda Souza		Yoga Prof. Fernanda Souza	
08:10	Funcional Prof. Vinícius Barbosa		Funcional Prof. Vinícius Barbosa		Funcional Prof. Vinícius Barbosa
08:40	Ginástica FLOW Prof. Carlos Renato Abreu		Ginástica FLOW Prof. Carlos Renato Abreu		Ginástica FLOW Prof. Carlos Renato Abreu
09:20	Ginástica FLOW Prof. Carlos Renato Abreu		Ginástica FLOW Prof. Carlos Renato Abreu		Ginástica FLOW Prof. Carlos Renato Abreu
10:00	Ginástica FLOW Prof. Carlos Renato Abreu		Ginástica FLOW Prof. Carlos Renato Abreu		Ginástica FLOW Prof. Carlos Renato Abreu
13:00					
14:00	Memória Ativa Psicóloga Janice Valentim				
18:00		Yoga Fisiot. Luiz Antônio		Yoga Fisiot. Luiz Antônio	



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) para iOS e Android.



21 98489-2572

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
08:10	Funcional ONLINE Prof. Vinícius Barbosa		Funcional ONLINE Prof. Vinícius Barbosa		Funcional ONLINE Prof. Vinícius Barbosa
09:00		Pilates ONLINE Fisiot. Maíra Rosa		Pilates ONLINE Fisiot. Maíra Rosa	
10:00	Funcional ONLINE Prof. Victor Hugo		Funcional ONLINE Prof. Victor Hugo		Funcional ONLINE Prof. Victor Hugo
11:00	Pilates ONLINE Fisiot. Armando Lopes		Pilates ONLINE Fisiot. Armando Lopes		Pilates ONLINE Fisiot. Armando Lopes
12:00			Meditação ONLINE Inst. Brahma Kumaris		
13:00					
14:00					