

MAPA DE AULAS

O OMG Venda Nova reserva-se o direito de livremente modificar as actividades e horários.

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
06:30 S1 LOCALIZADA 30'	07:15 XD C. FUNCIONAL	06:30 S1 ABS 30'	07:15 XD TRX	07:15 P HIDROGINÁSTICA	08:45 P HIDROGINÁSTICA	09:30 C SCHWINN CYCLING
07:15 C SCHWINN CYCLING	09:00 P HIDROGINÁSTICA	07:15 S1 LOCALIZADA	08:15 P HIDROGINÁSTICA	09:00 S2 ABS 30'	09:00 C SCHWINN CYCLING	09:45 P BÉBÉS
08:15 P HIDROGINÁSTICA	09:00 S1 SUPER AVÓS	09:00 P HIDROGINÁSTICA	09:15 S1 PILATES	09:00 S1 SUPER AVÓS	09:30 P BÉBÉS	09:45 P BEBÉS
09:00 S1 FLEX	10:00 P HIDROGINÁSTICA	09:00 S1 GAP	10:15 P HIDROGINÁSTICA	10:00 C SCHWINN CYCLING	10:05 P PEIXINHOS	10:15 P BEBÉS
09:15 XD C. FUNCIONAL	10:00 S1 PILATES	10:00 S1 YOGA	10:15 S1 LOCALIZADA	10:15 P HIDROGINÁSTICA	10:15 S1 BODY PUMP	10:45 S1 FLEX
	10:00 C SCHWINN CYCLING	10:15 P HIDROGINÁSTICA	11:10 S1 ZUMBA		10:30 XD BOXE	10:50 P PEIXINHOS
10:15 S1 LOCALIZADA		10:15 C SCHWINN CYCLING			10:50 P PEIXINHOS	10:50 P GOLFINHOS
10:15 P HIDROGINÁSTICA	12:45 P HIDROGINÁSTICA	12:45 XD C.FUNCIONAL	12:45 C SCHWINN CYCLING	12:45 S2 PILATES	11:15 S1 POWER JUMP	11:45 P HIDROGINÁSTICA
11:15 S1 YOGA					11:35 P GOLFINHOS	11:45 XD C.FUNCIONAL
12:45 S1 LOCALIZADA	17:15 S1 LOCALIZADA	15:00 P HIDROGINÁSTICA		15:00 P HIDROGINÁSTICA	12:20 P TUBARÕES	
15:00 P HIDROGINÁSTICA	17:15 P HIDROGINÁSTICA	17:15 P PEIXINHOS	17:15 S1 FLEX	17:15 S1 LOCALIZADA	15:20 P PEIXINHOS	
17:15 P PEIXINHOS	18:00 S2 ABS 20'	17:30 XD TRX	17:15 P HIDROGINÁSTICA	17:15 P PEIXINHOS	15:30 C SCHWINN CYCLING	
17:30 S1 GAP 30'	18:00 P BÉBÉS	18:00 P BÉBÉS	18:00 S2 GVN KIDS	18:00 P BEBÉS	15:30 S1 ZUMBA	
17:30 XD C.FUNCIONAL	18:15 XD GVN KIDS	18:00 S1 ABS 20'	18:00 P PEIXINHOS	18:15 S1 PILATES	16:05 P GOLFINHOS	
18:00 P PEIXINHOS	18:35 P PEIXINHOS	18:30 S2 KARATÉ KIDS I	18:15 XD BOPE	18:30 XD CROSS	16:05 P TUBARÕES	
18:15 S2 PILATES	18:35 S1 BODY ATTACK	18:30 S1 LOCALIZADA	18:15 S1 YOGA	18:35 P GOLFINHOS	16:30 S1 BODY PUMP	
18:15 S1 POWER JUMP	18:45 S2 BABY CLASS	18:30 C SCHWINN CYCLING	18:45 P GOLFINHOS	18:35 P TUBARÕES	17:00 P HIDROGINÁSTICA	
18:30 XD BOPE	19:00 C SCHWINN CYCLING	18:30 XD CROSS	18:45 S2 BABY CLASS	19:00 S2 TEEN DANCE I		
18:30 C SCHWINN CYCLING	19:15 XD C.FUNCIONAL	18:35 P PEIXINHOS	19:15 C SCHWINN CYCLING	19:05 C SCHWINN CYCLING		
18:45 P GOLFINHOS	19:20 P GOLFINHOS	19:15 S2 KARATÉ KIDS II	19:15 S1 LOCALIZADA	19:15 S1 ZUMBA		
19:15 S2 PILATES	19:20 P TUBARÕES	19:20 P PEIXINHOS	19:15 XD TRX	19:20 P PEIXINHOS		
19:15 S1 LOCALIZADA	19:30 S2 DANCE KIDS	19:20 P GOLFINHOS	19:30 P TUBARÕES	19:20 P GOLFINHOS		
19:30 C SCHWINN CYCLING	19:30 S1 YOGA	19:30 XD CROSS	19:30 S2 DANCE KIDS	19:30 XD CROSS		
19:30 P TUBARÕES	20:05 P NAT. ADULTOS	19:30 S1 ZUMBA	20:10 S1 BODY ATTACK	19:45 S2 TEEN DANCE II		
19:30 XD KARATÉ KIDS I e II	20:05 P TUBARÕES	19:30 C SCHWINN CYCLING	20:15 C SCHWINN CYCLING	20:15 S1 GAP		
20:15 S2 DANÇAS URBANAS	20:15 S2 TEEN DANCE II	20:15 S2 PILATES	20:15 S2 DANÇAS URBANAS	20:20 P HIDROGINÁSTICA		
20:15 S1 ZUMBA	20:30 C SCHWINN CYCLING	20:20 P HIDROGINÁSTICA	20:30 P HIDROGINÁSTICA			
20:20 P HIDROGINÁSTICA	20:30 S1 BODY PUMP	20:30 S1 BODY COMBAT	20:30 XD C.FUNCIONAL			
	20:30 XD BOXE	20:30 XD GAP		20:30 S2 DANÇA COMPETIÇÃO		
21:05 P NAT. ADULTOS	21:05 P HIDROGINÁSTICA	21:05 P NAT. ADULTOS		21:05 P NAT. ADULTOS		
		21:15 S2 FLEX				

Tipo de Aula

Mente e Corpo	
Crianças	
Dança	
Cárdio	
Localizadas	
Cycling	
Funcionais	
Artes Marciais	
Piscina	