MAPA DE AULAS

O **OMG Infesta** reserva-se o direito de livremente modificar as actividades e horários.

Segunda

06:30	S1	HIIT 30'
07:10	S1	FUNCIONAL
08:30	P	NAT. ADULTOS*
09:15	P	HIDRO
09:15	C	CYCLING
09:35	S1	PILATES
10:15	S1	PILATES
11:10	P	HIDRO
12:50	S1	HIIT 30'
13:25	S1	MOBILIDADE 20'
15:00	P	HIDRO
16:00	P	HIDRO
16:00	S2	ZUMBA
16:10	S2	PILATES
17:00	P	NOVA TURMA BEBÉS 1 e 2
17:00	P	PEIXINHOS 1
17:15	S1	GAP
17:45	P	GOLFINHOS
17:45	P	PEIXINHOS 1 e 2
18:00	S2	NOVA AULA PILATES KIDS
18:05	S1	PUMP
18:30	P	NOVA TURMA GOLFINHOS
18:30	P	TUBARÕES
19:00	C	CYCLING
19:10	S1	CROSS 60'
19:10	S2	JUMP
19:15	P	NAT. ADULTOS*
20:10	P	HIDRO
20:15	S2	PILATES
21:10	ZV	ABS 20'

Terça

07:10	C	CYCLING
08:20	P	HIDRO
09:30	S1	SUPER AVÓS
10:00	P	HIDRO
10:10	S2	YOGA 50'
10:30	S1	LOCALIZADA
11:00	P	HIDROTERAPIA*
11:45	P	HIDROTERAPIA*
12:50	S1	FUNCIONAL
16:00	S1	TRX
16:55	P	HIDRO
17:45	P	PEIXINHOS 1 e 2
17:45	P	GOLFINHOS
18:10	S1	B.O.P.E.
18:15	S2	KARATÉ KIDS
18:30	P	BEBÉS
18:30	P	TUBARÕES 1 e 2
19:10	C	CYCLING
19:10	S1	TRX
19:15	P	PEIXINHOS 1 e 2
19:15	P	GOLFINHOS
19:30	S2	YOGA 50'
20:00	P	NAT. ADULTOS*
20:15	S1	FUNCIONAL
20:25	S2	GAP 30'
21:05	P	HIDRO

Quarta

06:30	S1	TRX
08:30	P	NAT. ADULTOS*
09:15	ZV	ABS 20'
09:15	P	HIDRO
10:00	S1	FLEX
11:00	P	HIDRO
12:50	C	CYCLING
15:00	P	HIDRO
15:00	S1	PILATES
16:00	S1	LOCALIZADA
17:00	P	BEBÉS 2
17:00	P	PEIXINHOS 1
17:45	P	GOLFINHOS
17:45	P	PEIXINHOS 1 e 2
18:00	C	CYCLING
18:15	S1	NOVA AULA FUNCIONAL KIDS
18:30	P	PEIXINHOS 1 e 2
18:30	P	GOLFINHOS
18:30	S2	PILATES
19:00	S1	ATTACK 30'
19:15	P	TUBARÕES
19:30	S1	RUN CLUB
19:35	S1	BODY COMBAT
20:00	OB	BOXE
20:10	P	HIDRO

Quinta

07:10	S1	FUNCIONAL
08:20	P	HIDRO
09:15	S1	MOBILIDADE 20'
09:45	S1	SUPER AVÓS
10:30	S1	LOCALIZADA
10:45	P	HIDRO
12:50	S1	ABS 20'
13:15	S1	MOBILIDADE 20'
16:00	S1	HIIT 30'
16:35	S1	MOBILIDADE 20'
16:55	P	HIDRO
17:45	P	PEIXINHOS 1 e 2
17:45	P	GOLFINHOS
18:00	S1	GAP
18:30	P	TUBARÕES
18:30	P	BEBÉS 1 e 2
19:05	S2	PILATES
19:10	C	CYCLING
19:15	P	PEIXINHOS 1 e 2
19:15	P	GOLFINHOS
19:20	S1	CROSS 60'
20:10	P	HIDRO
21:10	P	NAT. ADULTOS*

Sexta

07:10	S1	GAP 30'
09:00	S2	PILATES
10:00	P	HIDRO
11:00	P	HIDROTERAPIA*
11:45	P	HIDROTERAPIA*
12:50	C	CYCLING
15:00	P	HIDRO
15:00	S1	YOGA 60'
17:00	P	PEIXINHOS 1
17:00	P	GOLFINHOS
17:15	S2	FLEX 30'
17:45	P	PEIXINHOS 2
17:45	P	GOLFINHOS
18:15	S2	KARATÉ KIDS
18:30	S1	B.O.P.E 30'
18:30	P	PEIXINHOS 1 e 2
18:30	P	GOLFINHOS
19:10	C	CYCLING
19:10	S2	JUMP
19:15	P	BEBÉS 1
19:15	P	TUBARÕES
19:30	S1	HYBRID
20:00	OB	BOXE
20:10	P	HIDRO
21:05	ZV	ABS 20'

Sábado

09:00	P	HIDRO
09:30	OB	ABS 20'
09:30	S2	NOVA AULA JUMP KIDS
09:25	S1	YOGA 50'
09:45	P	BEBÉS 1 e 2
10:00	C	CYCLING
10:25	S1	BODY COMBAT 50'
10:30	P	PEIXINHOS 1 e 2
10:30	P	TUBARÕES
11:15	P	GOLFINHOS
11:15	P	PEIXINHOS 1 e 2
11:30	S1	FUNCIONAL
12:00	P	PEIXINHOS 1 e 2
12:00	P	GOLFINHOS
15:30	S1	PILATES
16:15	S2	ZUMBA
16:30	P	HIDRO

Domingo

09:15	S2	FLEX
10:10	S1	FUNCIONAL
10:15	P	BEBÉS 2
11:00	P	HIDRO
11:10	C	CYCLING

Tipo de Aula

- Mente e Corpo
- Crianças
- Dança
- Cárdio
- Localizadas
- Cycling
- Funcionais
- Artes Marciais
- Piscina
- Novo Horário/Aula

*Serviço não incluído nos planos de Piscina

Info OMG App Pré-reserva/Reserva de Aula: **Pré Reserva pode ser levantada 1 hora antes** da aula **Pré reserva disponível até 10 min antes** da aula **Reservas disponíveis 20 min antes** da aula

Ùltima Atualização: OUTUBRO 2026