

QUADRO DE MODALIDADES FIT AUGUSTO MONTENEGRO

SEGUNDA -FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
07h30 às 08h30 FiDance (Ramon)	07h15 às 08h15 Pilates (Jéssica)	07h30 às 08h30 FitDance (Ramon)	07h15 às 08h15 Pilates (Jéssica)	07h30 às 08h30 FitDance (Ramon)	08h00 Muay Thai
08h00 às 09h00 Muay Thai (Ricardo)	07h15 às 08h00 Power Fit (Renata)	08h00 às 09h00 Muay Thai (Ricardo)	07h15 às 08h15 Power Fit (Renata)	08h00 às 09h00 Muay Thai (Ricardo)	10h00 FitDance
09h00 às 10h00 Pilates (Jéssica)	08h00 às 09h00 T. Funcional (Padilha)	09h00 às 10h00 Pilates (Jéssica)	08h00 às 09h00 T. Funcional (Padilha)	09h00 às 10h00 Pilates (Jéssica)	
10h00 às 11h00 Ritmos (Ramon)	08h15 às 09h15 Jump (Renata)	10h00 às 11h00 Ritmos (Ramon)	08h15 às 09h15 Jump (Renata)	10h00 às 11h00 Ritmos (Ramon)	
16h00 às 17h00 FitDance (Padilha)	09h15 às 10h15 FitDance (Padilha)	16h00 às 17h00 FitDance (Padilha)	09h15 às 10h15 FitDance (Padilha)	16h00 às 17h00 FitDance (Padilha)	
17h00 às 18h00 T. Funcional (Padilha)	16h00 às 17h00 FitDance (Davi)	17h00 às 18h00 T. Funcional (Padilha)	16h00 às 17h00 FitDance (Davi)	17h00 às 18h00 T. Funcional (Padilha)	
18h00 às 19h00 D. Salão (Robson)	17h00 às 18h00 Pilates (Rafaela)	18h00 às 19h00 D. Salão (Robson)	17h00 às 18h00 Pilates (Rafaela)	18h00 às 19h00 D. Salão (Robson)	
18h15 às 19h00 Bike (Samylli)	18h00 às 18h45 FitDance (Padilha)	18h15 às 19h00 Bike (Samylli)	18h00 às 18h45 FitDance (Padilha)	18h15 às 19h00 Bike (Samylli)	
19h00 às 20h00 FitDance (Ramon)	19h00 às 20h00 Pilates (Rafaela)	19h00 às 20h00 FitDance (Ramon)	19h00 às 19h45 Pilates (Rafaela)	19h00 às 20h00 FitDance (Ramon)	
19h15 às 20h00 FitCross (Samylli)	18h45 às 19h30 Power Fit (Renata)	19h15 às 20h00 FitCross (Samylli)	18h45 às 19h30 Power Fit (Renata)	19h15 às 20h00 FitCross (Samylli)	
20h15 às 21h00 Bike (Samylli)	19h00 às 20h00 Muay Thai (Ricardo)	20h15 às 21h00 Bike (Samylli)	19h00 às 20h00 Muay Thai (Ricardo)	20h15 às 21h00 Bike (Samylli)	
	19h45 às 20h30 Jump (Renata)		19h45 às 20h30 Jump (Renata)		