

horário de aulas every.body Évora 2019



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
cycle Raquel Cabaço 7h30	hidroterapia João Letras 9h00	hiit Pedro Madeira 7h30	hidroterapia João Letras 9h00	body pump Beatriz Félix 7h30	eb run Raquel Cabaço 10h30
correção postural Fábio Bazílio 9h30	pilates clínico Fábio Bazílio 10h00	correção postural Fábio Bazílio 9h00	pilates clínico Fábio Bazílio 10h00	abdominais 9h30	circuito 10h30
localizada Elisabete Lúcio 10h00	circuito 10h30	abdominais 9h30	abdominais 10h30	alongamentos Sara Mendes 10h00	power jump Rudy Pisco 10h45
circuito 10h45	hidroginástica André Mira 11h00	localizada Elisabete Lúcio 10h00	body pump Bruno Ramalho 10h45	hidroginástica Sara Mendes 11h00	localizada Rudy Pisco 11h45
hidroginástica Sandra Barreiros 11h00	cycle express Tiago Batista 12h15	cycle express Elisabete Lúcio 11h00	hidroginástica Elisabete Lúcio 11h00	abdominais 12h00	abdominais 12h15
cycle express Elisabete Lúcio 11h00	hiit Beatriz Félix 12h45	hidroginástica Sara Mendes 11h00	cycle express David Palmeiro 12h15	hidro bike Sara Mendes 12h00	cycle Rudy Pisco 12h30
abdominais 11h35	abdominais 13h00	abdominais 11h30	localizada Sara Mendes 12h45	cycle Pedro Madeira 12h15	
hidro bike Sandra Barreiros 12h00		cycle express João Amaro 12h15	abdominais 12h45	body attack Bruno Ramalho 12h45	
localizada Pedro Mira 12h15		localizada Rudy Pisco 12h45			
cycle express Elisabete Lúcio 13h00					
abdominais 18h00	localizada André Mira 18h15	hidroginástica Sara Mendes 17h00	localizada Rudy Pisco 17h30	abdominais 18h00	abdominais 15h45
zumba André Mira 18h15	body attack Rudy Pisco 18h30	cycle express Raquel Cabaço 18h15	localizada Elisabete Lúcio 18h15	power jump Rudy Pisco 18h15	circuito 16h30
cycle Bruno Ramalho 18h15	abdominais 18h30	localizada Pedro Mira 18h15	body attack Rudy Pisco 18h15	zumba André Mira 18h15	hidroginástica Sandra Barreiros 17h00
localizada Pedro Mira 18h30	body combat Fábio Bazílio 19h00	zumba André Mira 18h15	alongamentos Sara Mendes 19h00	circuito 18h45	
body pump Bruno Ramalho 19h00	cycle João Amaro 19h15	hidrobike Sara Mendes 18h30	body combat Carla Tragedo 19h00	body pump Bruno Ramalho 19h00	
hidroginástica Elisabete Lúcio 19h00	hiit Rudy Pisco 19h15	abdominais 18h45	abdominais 19h15	cycle Rudy Pisco 19h00	
step Pedro Mira 19h15	hidroginástica Sara Mendes 19h15	kickboxing João Amaro 19h00	cycle Rudy Pisco 19h15	yoga Iolanda Charrua 19h00	campo de futebol
cycle Raquel Cabaço 19h15	yoga Fábio Bazílio 19h45	power jump André Mira 19h00	natação adultos Sandra Barreiros 19h30	aqua circuit André Mira 19h30	piscina
abdominais 19h45	power jump express Rudy Pisco 20h00	cycle Bruno Ramalho 19h00	step Pedro Mira 19h45	abdominais 20h00	estúdio 1
natação adultos Sandra Barreiros 19h45	abdominais 20h30	pilates clínico Sofia Feijão 19h45	abdominais 20h30		estúdio 2
localizada express Elisabete Lúcio 20h00		body pump Beatriz Félix 19h45	Crosstraining 30" Beatriz Félix 20h00		estúdio 3
abdominais 20h15		abdominais 20h30			sala de exercício

Notas:
Este horário pode sofrer alterações sem que seja necessário aviso prévio.
Sócios com cartão premium têm oferta das atividades em família: piscina, golfe e

01022019