



# MAPA DE AULAS FITNESS HUT LUMIAR



INICIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
07:15	CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	CYCLING E1 45'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
07:15		BODYPUMP E2 45'		GAP E2 45'	PILATES E2 45'		
08:00							
09:00	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'
09:15						BODYBALANCE E2 45'	
10:00		ABS TOS 15'		ABS TOS 15'			
10:00	POWERWOD TOS 30'	PILATES E2 45'	HYROXWOD BOX 30'	PILATES E2 45'			BODYPUMP E2 45'
10:15						BODYPUMP E2 45'	
10:30							
11:00							BODYCOMBAT E2 45'
11:15	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	CYCLING E1 45'	
11:30							
12:00					TOS 15'		
12:15							
12:45	BODYBALANCE E2 45'	CYCLING E1 45'	BODYPUMP E2 45'	CYCLING E1 45'	BODYPUMP E2 45'		
13:00							
13:30							
14:00	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	
14:30		ABS TOS 15'		ABS TOS 15'			
15:00							
16:00	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	
17:00	ABS TOS 15'						
17:30	GAP E2 30'	BODYBALANCE E2 45'	POWERWOD TOS 30'	3B E2 45'	BODYBALANCE E2 45'		
18:00		BODYCOMBAT TOS 30'		CYCLING E1 30'			
18:00	ABS TOS 15'		ABS TOS 15'		ABS TOS 15'		
18:30	BODYBALANCE E2 45'	3B E2 30'	CYCLING E1 45'	BODYBALANCE E2 45'	CYCLING E1 45'		
18:45	POWERWOD TOS 30'	HYROXWOD BOX 30'	BODYPUMP E2 45'	POWERWOD TOS 30'	BODYCOMBAT E2 30'		
19:00		ABS TOS 15'	ABS TOS 15'				
19:15	ABS TOS 15'	ZUMBA E2 45'		CYCLING E1 45'			
19:30	HYROXWOD BOX 30'	CYCLING E1 45'	HYROXWOD BOX 30'				
19:30	BODYPUMP E2 45'	POWERWOD TOS 30'		ZUMBA E2 45'	BODYPUMP E2 45'		
19:45			BODYCOMBAT E2 30'				
20:00	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'			
20:15	CYCLING E1 45'	PILATES E2 45'	CYCLING E1 45'				
20:30				PILATES E2 45'			
20:45							
21:00	ABS TOS 15'			ABS TOS 15'			
21:15	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'	VIRTUAL CYCLING E1 30'		
21:30							
21:30							
21:45							
22:00							

## DÁ O SALTO E MARCA A DIFERENÇA



### E MUITO MAIS...

Faz upgrade para a **Adesão Iberia** na tua área de cliente (app ou web) e disfruta de todas **vantagens**.



TODA A INFORMAÇÃO AQUI

- > A FITNESS HUT RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORÁRIO POR RAZÕES EXTERNAS.
- > O USO DE TOALHA É OBRIGATÓRIO.
- > NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APÓS 5 MINUTOS DO INÍCIO DA AULA.

CARDIO	CORPO E MENTE
CYCLING	DANÇAS
FORÇA	FUNCIONAL
ABS	CYCLING VIRTUAL

RESERVA A TUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM [WWW.FITNESSHUT.PT](http://WWW.FITNESSHUT.PT) OU APP