

GINÁSTICA PAULISTANO



HORÁRIOS



SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
CFT 7h às 8h	SUPER LOCAL 7h às 8h	CFT 7h às 8h	SUPER LOCAL 7h às 8h	CFT 7h às 8h	
ALONGAMENTO 8h às 8h45	STEP 8h às 9h	ALONGAMENTO 8h às 8h45	STEP 8h às 9h	ALONGAMENTO 8h às 8h45	
LOCALIZADA 8h45 às 9h45	LOCALIZADA 9h às 10h	LOCALIZADA 8h45 às 9h45	LOCALIZADA 9h às 10h	LOCALIZADA 8h45 às 9h45	
BODY COMBAT 9h45 às 10h45	MAT PILATES 10h às 11h	BODY PUMP 9h45 às 10h45	MAT PILATES 10h às 11h	BODY COMBAT 9h45 às 10h45	LOCALIZADA 10h às 11h
AEROJAZZ 10h45 às 11h45	ALONGAMENTO 11h às 11h45	AEROJAZZ 10h45 às 11h45	ALONGAMENTO 11h às 11h45	DANCE MIX 10h45 às 11h45	ESPEC. PROFº. 11h às 12h
LOCALIZADA 11h45 às 12h45	RITMOS FITNESS 11h45 às 12h30	LOCALIZADA 11h45 às 12h45	RITMOS FITNESS 11h45 às 12h30	LOCALIZADA 11h45 às 12h45	ALONGAMENTO 12h às 12h30
BALLET FITNESS 14h às 15h	BALLET FITNESS 12h30 às 13h30	BALLET FITNESS 14h às 15h	BALLET FITNESS 12h30 às 13h30	BALLET 13h às 14h30	
MAT PILATES 15h às 16h	STEP 14h30 às 15h30	MAT PILATES 15h às 16h	STEP 14h30 às 15h30	SPECIAL STEP	
ALONGAMENTO 16h às 17h	SUPER LOCAL 15h30 às 16h30	ALONGAMENTO 16h às 17h	SUPER LOCAL 15h30 às 16h30	14h30 às 16h	
LOCALIZADA 17h às 18h	ALONGAMENTO 16h30 às 17h	LOCALIZADA 17h às 18h	ALONGAMENTO 16h30 às 17h	ALONGAMENTO 16h às 17h	
STREET DANCE 18h às 18h30	POWER JUMP 17h às 17h30	ALONGAMENTO 18h às 18h30	POWER JUMP 17h às 17h30	LOCALIZADA 17h às 18h	
STEP 18h30 às 19h30	BODY BALANCE 17h30 às 18h30	ZUMBA 18h30 às 19h30	BODY BALANCE 17h30 às 18h30	ALONGAMENTO 18h às 18h30	
LOCALIZADA 19h30 às 20h30	BODY ATTACK 18h30 às 19h30	LOCALIZADA 19h30 às 20h30	BODY ATTACK 18h30 às 19h30	FIT DANCE 18h30 às 19h30	
BALLET FITNESS 20h30 às 21h30	BODY PUMP 19h30 às 20h30	BALLET FITNESS 20h30 às 21h30	BODY PUMP 19h30 às 20h30	ABDOMINAL 19h30 às 20h	
	BALLET DANCE 20h30 às 22h		BALLET DANCE 20h30 às 22h		
MATRÍCULA: R\$ 145 MENSALIDADE: R\$ 158 AULA AVULSA: R\$ 23					

