













# mapa de aulas manhã

	7h45	8h15	9h00	9h45	10h30	11h00	12h45
2ª feira							
3ª feira							
4ª feira					<b>TRX</b> circuito		
5ª feira							<b>TRX</b> circuito
6ª feira							
Sábado							

# mapa de aulas tarde

	15h15	17h00	17h30	17h45	18h00
2ª feira					
3ª feira					
4ª feira					
5ª feira					
6ª feira					



saúde desporto bem-estar

# mapa de aulas fim do dia

2ª feira

18h30



18h45



19h00



19h15



19h30



19h45



20h00



20h15



20h30

3ª feira

TRX circuito



Kickboxing



Kickboxing



4ª feira



5ª feira

TRX circuito



Kickboxing



Kickboxing



6ª feira

