



Horário Academia - Aulas de Sala - Atualizado em 12/08/2025

Retirada de Senha na Recepção da Academia - 30 minutos antes da Aula

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
06:10 às 06:50h Bike + Localizada Professora Janaina	06:15 às 07h Pilates Solo Professor Pedro	06:10 às 06:50h Bike + Localizada Professora Janaina	06:15 às 07h Pilates Solo Professor Pedro	06:10 às 06:50h Bike + Localizada Professora Janaina
07 às 07:50h Pilates Solo Professor Pedro	07 às 07:50h Pilates Solo Professor Pedro	06:10 às 06:50h Pilates Solo Professor Pedro	07 às 07:50h Pilates Solo Professor Pedro	07 às 07:50h Pilates Solo Professor Pedro
07 às 07:50h Fit Dance Professora Cíntia	07:15 às 08h Funcional Professor Evandro	07 às 07:50h Pilates Solo Professor Pedro	07:15 às 08h Funcional Professor Evandro	07 às 07:50h Fit Dance / Zumba Professora Cíntia
08 às 08:50h 3º Idade Professora Daiany	08:15 às 09h Localizada Professora Daiany	07 às 07:50h Zumba Professora Cíntia	08:15 às 09h Localizada Professora Daiany	08 às 08:50h Pilates Idosos/Gestantes Professor Pedro
08 às 08:50h Pilates Solo Professor Pedro	08:10 às 08:50h Ballet (08 à 13 anos) Professora Raphaela	08 às 08:50h Pilates Idosos/Gestantes Professor Pedro	08:10 às 08:50h Ballet (08 à 13 anos) Professora Raphaela	08 às 08:50h 3º Idade Professora Daiany
09 às 10h Pilates Solo Professor Pedro	09 às 09:40h Ballet (05 à 07 anos) Professora Raphaela	08 às 08:50h 3º Idade Professora Daiany	09 às 09:40h Ballet (05 à 07 anos) Professora Raphaela	09 às 10h Jiu Jitsu 04 à 12 anos
09 às 10h Kids Professor Christian	09 às 10h Pilates Solo Professor Pedro	09 às 10h Kids Professor Christian	09 às 10h Pilates Solo Professor Pedro	15 às 16h Jiu Jitsu 04 à 12 anos
14 às 15h Kids Professora Bruna	15 às 16h Funcional Professor Eduardo	14 às 15h Kids Professora Bruna	15 às 16h Funcional Professor Eduardo	15:10 às 16h Funcional Professora Bruna
15:10 às 16h Funcional Professora Bruna	16 às 16:30h Ballet (04 e 05 anos) Professora Raphaela	16 às 16:50h Pilates Solo (teste) Profes. Alessandra	16 às 16:30h Ballet (04 e 05 anos) Professora Raphaela	16 às 16:30h Ballet (03 e 04 anos) Professora Raphaela
16 às 16:30h Ballet (03 e 04 anos) Professora Raphaela	16:30 às 17:10h Ballet (07 e 08 anos) Professora Raphaela	15:10 às 16h Funcional (teste) Professora Bruna	16:30 às 17:10h Ballet (07 e 08 anos) Professora Raphaela	16:30 às 17:10h Ballet (05 e 06 anos) Professora Raphaela
16:30 às 17:10h Ballet (05 e 06 anos) Professora Raphaela	17:10 às 17:50h Ballet (11 a 15 anos) Professora Raphaela	16:30 às 17:10h Ballet (07 e 08 anos) Professora Raphaela	17:10 às 17:50h Ballet (11 a 15 anos) Professora Raphaela	17:10 às 17:50h Ballet (09 e 10 anos) Professora Raphaela
17:10 às 17:50h Ballet (09 e 10 anos) Professora Raphaela	16:30 às 17:20h Pilates Solo Profes. Alessandra	17:10 às 17:50h Ballet (09 e 10 anos) Professora Raphaela	16:30 às 17:20h Pilates Solo Profes. Alessandra	18:15 às 19h Bike Professora Grazielle
17:20 às 18h Bike Professora Janaina	17:30 às 18:20h Pilates Solo Profes. Alessandra	17:20 às 18h Bike Professora Janaina	17:30 às 18:20h Pilates Idosos/Gestantes Profes. Alessandra	19:15 às 20h Funcional Professor Eduardo
18:15 às 19h Fit Dance Professora Jennifer	18 às 18:45h Bike + Local Professora Grazielle	18:15 às 19h Fit Dance Professora Jennifer	18 às 18:45h Bike + Local Professora Grazielle	
18:30 às 19:30h Jiu Jitsu 04 à 12 anos	18:30 às 19:30h Jiu Jitsu A partir de 13 anos	19 às 20h Funcional Professor Eduardo	18:30 às 19:30h Jiu Jitsu 04 à 12 anos	
19 às 20h Funcional Professor Eduardo	18:50 às 20h Localizada Professora Graziella	19:30 às 21h Capoeira Professor Fubá	18:50 às 20h Localizada Professora Graziella	
19:30 às 21h Capoeira Professor Fubá			19:30 às 20:30h Jiu Jitsu A partir de 13 anos	