

Horários atividades

Horário	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira	sábado	domingo
09:00-10:00	Cardio / Musculação	Cardio / Musculação	Cardio / Musculação	Cardio / Musculação	Cardio / Musculação		
10:00-11:00							
11:00-12:00							
12:00-13:00							
13:00-14:00							
14:00-15:00							
15:00-17:00							
17:00-18:00	Cardio / Musculação	Cardio / Musculação	Cardio / Musculação	Cardio / Musculação	Cardio / Musculação		
17:30-18:30							
18:00-19:00							
18:00-19:30							
18:30-19:10							
19:00-19:45							
19:30-20:00							
19:40-20:30							
20:00-20:30							
20:30-22:00							
21:00-22:00							

Ginásio Bencanta - Gym_Sala máquinas