



FISIO PILATES
— PILATES CLÍNICO —

MAPA DE AULAS |

PARQUE LUSO - SALA BONSAI

HORA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
07:00						
09:15						
10:00						
11:00						
12:50						
17:30	Turma 20	Turma 4	Turma 20	Turma 4		
18:30	Turma 5	Turma 8	Turma 5	Turma 8		
19:30	Turma 6	Turma 9	Turma 6	Turma 9		
20:30	Turma 7	Turma 10	Turma 7	Turma 10		

Todas as Turmas aceitam todos os níveis e todos os quadros clínicos. As Turmas com asterisco (*) são as que também aceitam grávidas



PARQUE LUSO - SALA BAMBU

HORA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
07:00	Turma 1		Turma 1			
09:15						Turma 12
10:00	Turma 2*		Turma 2*			10:15 Turma 13
11:00	Turma 3*		Turma 3*			
12:50	Turma 4*		Turma 4*			
17:30		Turma 8		Turma 8		
18:30	Turma 5*	Turma 9	Turma 5*	Turma 9		
19:30	Turma 6*	Turma 10	Turma 6*	Turma 10		
20:30		Turma 11		Turma 11		