



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 11		Turma 11			
09:15						Turma 15
10:00		Turma 1*		Turma 1*		10:15 Turma 18
11:00		Turma 2*		Turma 2*		
12:50		Turma 3*		Turma 3*		
17:30		Turma 21		Turma 21		
18:30	Turma 12	Turma 16	Turma 12	Turma 16		
19:30	Turma 13	Turma 17	Turma 13	Turma 17		
20:30	Turma 14	Turma 19	Turma 14	Turma 19		

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