

> Ginástica

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
7.00hs - 7.45hs	Power Local		Power Local		Power Local	
7.30hs - 8.00hs		Alongamento		Alongamento		
8.00hs - 8.45hs	Projeto Dance	JUMP	Projeto Dance	JUMP	Projeto Dance	
9.00hs - 9.30hs	Abdome	Alongamento	Abdome	Alongamento	Abdome	
9.30hs - 10.00hs	Alongamento		Alongamento		Alongamento	
17.00hs - 17.30hs		Alongamento		Alongamento		
17.30hs - 18.15hs	Funcional Class		Funcional Class			
17.45hs - 18.15hs		Abdome		Abdome		
18.15hs - 19.00hs	Projeto Dance	Bike Class	Projeto Dance	Bike Class		
19.15hs - 20.00hs		Power Local		Power Local		
19.30hs - 20.30hs	Muay Thai		Muay Thai		Muay Thai	

> Natação e Hidroginástica

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
6.30hs - 7.15hs	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	
7.15hs - 8.00hs	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	
8.00hs - 8.45hs		Natação Adulto		Natação Adulto		
8.15hs - 9.00hs	Hidroginástica		Hidroginástica		Hidroginástica	
9.00hs - 9.45hs		Hidroginástica		Hidroginástica		
9.15hs - 10.00hs	Natação Infantil		Natação Infantil		Natação Infantil	Natação Infantil
10.00hs - 10.45hs	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil
11.00hs - 11.45hs	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto
11.45hs - 12.30hs						Natação Adulto
15.00hs - 15.45hs	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil		
16.00hs - 16.45hs	Hidroginástica	Natação Infantil	Hidroginástica	Natação Infantil	Hidroginástica	
16.45hs - 17.30hs	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil	
17.30hs - 18.15hs	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil	Natação Infantil	
18.15hs - 19.00hs	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	
19.00hs - 19.45hs	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	
19.45hs - 20.30hs	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	
20.30hs - 21.15hs	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto	Natação Adulto		

> Musculação e Funcional

DIAS DA SEMANA	HORÁRIO
SEGUNDA À SEXTA	Manhã - das 6.00hs às 13.00hs
	Tarde/ Noite - das 15.00hs às 21.00hs
SÁBADO	das 9.00hs às 13.00hs
DOMINGOS E FERIADOS	Não funciona

Rua Constantino de Souza, 782 - Campo Belo - São Paulo • SP

Tel.: (11) 3569-7767 / 3569-7768



Cel.: (11) 99427-8408

E-mail: contato@projetoBrasilacademia.com.br

www.projetoBrasilacademia.com.br

