

Aulas de Estúdio

Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta		Sábado		Domingo	
Hora	Aula	Hora	Aula	Hora	Aula	Hora	Aula	Hora	Aula	Hora	Aula	Hora	Aula
07:15	Pilates 1					07:15	Funcional 1						
10:00	Bike 3	10:00	CORE 1	10:00	Bike 3	10:00	Yôga 1	10:00	Bike 3	10:00	Super Aula 1	10:15	Pilates 1
11:00	Local 1	11:15	Pilates 1	11:00	Treino em Movimento 1	11:15	Pilates 1	11:00	Funcional 1	11:00	Bike 3	11:15	Funcional 1
12:45	Pilates** 1	12:45	Funcional 1	12:45	ZUMBA 1	12:45	GAP 1			11:00	Pilates 1		
18:00	Pilates 1	18:30	Local 1	18:30	Funcional 1	18:30	Local 1	18:45	Funcional 1	18:00	Funcional 1		
18:50	GAP 1	19:30	Pilates 1	19:30	Pilates 1	19:30	Pilates 1	19:45	Dança 1				
19:45	Bike 3	19:30	Bike 3	19:30	Bike 3	19:30	Bike 3	19:45	Bike 3				
19:45	Pilates 1												

1 - Estúdio 1 2 - Estúdio 2 3 - Estúdio 3

Aulas de Água - (Piscina)

Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta		Sábado		Domingo	
Hora	Aula	Hora	Aula	Hora	Aula	Hora	Aula	Hora	Aula	Hora	Aula	Hora	Aula
		08:30	Hidroginástica			08:30	Hidroginástica						
10:30	Hidroginástica	10:30	Hidroginástica*	10:30	Hidroginástica	10:30	Hidroginástica*	10:30	Hidroginástica			10:15	Hidroginástica
12:45	Hidrobike	12:45	Nat. Adultos			12:45	Nat. Adultos	12:45	Hidrobike				
15:30	Hidroginástica			15:30	Hidroginástica			15:30	Hidroginástica				
19:45	Hidroginástica	19:30	Nat. Adultos	19:45	Hidroginástica	19:30	Nat. Adultos	19:45	Hidroginástica	17:15	Hidroginástica		
20:20	Nat. Adultos	19:50	Hidrobike	20:20	Nat. Adultos	19:50	Hidrobike						
		20:30	Hidroginástica			20:30	Hidroginástica						

NOTA: De 2ª a 6ª, das 18h00 às 20h30, Sáb das 9h30 às 12h30, não é permitida a utilização da piscina em regime livre.

Horário de Funcionamento do Ginásio: Segunda a Sexta-Feira: 07H00 às 22H00; Sábados - 09H00 às 20H00; Domingos e Feriados - 09H00 às 13H00. Aos feriados não há aulas.

A Maiafit reserva-se ao direito de mudar o horário e professores sem aviso prévio. Horário sujeito a alterações e anula e substitui o anterior em vigor.

* Aulas iniciam a 12 de Setembro de 2023: ** Aulas iniciam a 18 de Setembro de 2023

Em vigor a partir de 1 de Setembro de 2023