

MAPA DE AULAS

MAIO



DURAÇÃO DAS AULAS

- 30 min HIIT
- 15 min GAP
- 45 min GINÁSTICA KIDS
- 45 min ZUMBA STEP
- 20 min ABS
- 45 min PILATES
- 60 min DEFESA PESSOAL
- 90 min CROSSFIT OUTDOOR
- 90 min KICKBOXING