

HORÁRIOS

AULAS DE GRUPO

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
8H15 Pilates Clínico	13H15 Pilates Clínico	17H30 Meditação	8H15 Pilates Clínico	13H15 Pilates Clínico	8H30 Tai Chi
15H00 Yoga	20H00 Pilates Aéreo	19H00 Yoga	15H00 Yoga	18H15 Meditação (Crianças)	10H00 Pilates Aéreo
17H00 Pilates Clínico			17H00 Pilates Clínico		11H00 Yoga
18H15 Pilates Aéreo			18H15 Pilates Aéreo		

Em todas as aulas de grupo a aula experimental é gratuita, excepto nas aulas de pilates aéreo
O registo em todas aulas de grupo esta sujeito a aprovação devido ao numero de vagas existentes por aula
Para frequentar as aulas de pilates aéreo é necessário primeiramente a inscrição no workshop de Pilates aéreo