



trofa
município



aquaplace

ACADEMIA MUNICIPAL DA TROFA

HORÁRIO ESTÚDIO 2

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO
09H30 / 10H30	YOGA		YOGA		YOGA	DANCE TEENS (9-14 ANOS)
10H00 / 11H00		PILATES		PILATES		DANCE BABIES (2-4 ANOS) 10H30 / 11H10
11H15 / 12H05		ABDOMINAIS 11H00 / 11H15		ABDOMINAIS 11H00 / 11H15		DANCE KIDS (5-8 ANOS)
12H45 / 13H00			ABDOMINAIS		ABDOMINAIS	
17H30 / 17H45	ABDOMINAIS	ABDOMINAIS		ABDOMINAIS		
18H00 / 19H00		AULA PARA GRÁVIDAS 18H30 / 19H20	AULA PARA GRÁVIDAS 18H30 / 19H20	PILATES		
19H30 / 20H15	PILATES 19H00 / 20H00	YOGA	ABDOMINAIS 19H45 / 20H00	YOGA	ABDOMINAIS 19H45 / 20H00	
20H30 / 21H30			PILATES			