

MAPA DE AULAS

















NOVEMBRO

PERSONAL20
ELECTRO FITNESS
ODIVELAS

ESTÚDIO PERFORMANCE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
08:45						
09:45						
10:30						
13:00						
17:00						
17:30						
18:30						
19:00						
19:15						
19:30						
19:45						

ESTÚDIO ZEN

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
08:45		 *		 *		
09:30						
09:45			 *			
12:45						
17:00		 *		 *		
17:30						
17:45						
18:15	 *		 *			
19:00	 *		 *			
19:30						

*Aulas de 45min

Reservas ONLINE através da App a partir de 20 horas antes do horário da aula



HIIT



PILATES



PILATES
BOLA



PILATES PEQ.
EQUIPAMENTO



YOGA



Telf. 917 027 480 - www.personal20odivelas.com
odivelas.colinas@personal20.com