Veja aqui as atividades oferecidas:

MODALIDADES E PROGRAMAÇÃO

*PILATES

Terças-feiras:

10h às 10h40
10h40 às 11h20
11h20 às 12h
13h às 13h40
13h40 às 14h20
14h20 às 15h

Quintas-feiras:

9h às 9h40
9h40 às 10h20
10h20 às 11h
11h às 11h40

Sextas-feiras:

10h às 10h40
10h40 às 11h20
11h20 às 12h

*OFICINA DA MEMÓRIA

Segunda e quintas - 14h às 15h

*ALONGAMENTO AERÓBICO

Segundas, quartas e sextas – 8h às 9h

* AULAS DE CROCHÊ
Sextas-feiras – 14h às 17h