

Centro de Desportos e Congressos

Cardio-Fitness e Musculação

Semana [10:00 - 13:30 / 17:00 - 21:00]

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
12:45	¹ pilates	cross training	¹ pilates	cross training	¹ pilates ^{RP} cycle
-					
19:00	¹ pilates ² zumba	^{RP} cycle	¹ yôga ² zumba	² zumba	¹ pilates
20:00					¹ yôga

Centro de Desportos e Congressos · Rua Nova do Estádio, 244, Senhora da Hora · 229 364 090* · msfit@matosinhosport.pt

(*chamada para rede fixa nacional)