GUIMARÃES

MAPA DE AULAS

segunda	terça	quarta	quinta	sexta	sábado	domingo
07:00 CYCLING ESTÚDIO 2 50'	07:00 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	07:00 CYCLING ESTÚDIO 2 50'	07:00 PILATES ESTÚDIO 1 50'	07:00 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	09:30 CYCLING ESTÚDIO 2 50'	10:30 CYCLING ESTÚDIO 2 50'
08:15 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	08:15 IMPACT CORE ESTÚDIO AULAS 15'	08:15 FUNC. EXPRESS ESTÚDIO AULAS 15'	08:15 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	08:15 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	10:30 PILATES ESTÚDIO 1 40'	11:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'
09:00 GAP ESTÚDIO 1 50'	09:30 HYBRID TRAINING ESTÚDIO 2 40'	09:00 PUMP ESTÚDIO 1 40'	09:30 LOCAL ESTÚDIO 1 30'	09:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	11:00 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	
10:30 IMPACT GLÚTEOS ESTÚDIO AULAS 15'	10:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	10:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	10:30 IMPACT CORE ESTÚDIO AULAS 15'	10:30 IMPACT GLÚTEOS ESTÚDIO AULAS 15'	15:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	
12:15 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	12:15 IMPACT GLÚTEOS ESTÚDIO AULAS 15'	12:15 FUNC. EXPRESS ESTÚDIO AULAS 15'	12:15 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	12:15 FUNC. EXPRESS ESTÚDIO AULAS 15'		
12:45 PILATES ESTÚDIO 1 40'	12:45 CYCLING ESTÚDIO 2 40'	12:45 CROSSTRAINING ESTÚDIO 2 30'	12:45 STEP ESTÚDIO 1 30'	12:45 BUMBUM BRASIL ESTÚDIO 1 40'		
15:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	15:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	15:30 IMPACT GLÚTEOS ESTÚDIO AULAS 15'	15:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	15:30 IMPACT CORE ESTÚDIO AULAS 15'		
17:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	17:30 PILATES ESTÚDIO 1 50'	17:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	17:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	17:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'		
17:45 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	17:45 IMPACT GLÚTEOS ESTÚDIO AULAS 15'	17:45 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	17:45 IMPACT GLÚTEOS ESTÚDIO AULAS 15'	17:45 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'		
18:00 PUMP ESTÚDIO 1 40'	18:00 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	18:15 YOGA ESTÚDIO 1 50'	18:15 CYCLING ESTÚDIO 2 50'	18:00 PILATES ESTÚDIO 1 50'		
18:30 HYBRID TRAINING ESTÚDIO 4 40'	18:30 LOCAL ESTÚDIO 1 30'	18:30 CYCLING ESTÚDIO 2 50'	18:30 SALSATION ESTÚDIO 1 40'	18:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'		
19:00 PILATES ESTÚDIO 1 50'	19:00 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	19:15 BUMBUM BRASIL ESTÚDIO 1 50'	19:00 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	19:00 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'		
19:30 CYCLING ESTÚDIO 2 50'	19:30 JUMP ESTÚDIO 1 50'	19:30 HYBRID TRAINING ESTÚDIO 4 50'	19:30 PUMP ESTÚDIO 1 50'	19:30 CYCLING ESTÚDIO 2 50'		
19:45 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	20:30 CYCLING ESTÚDIO 2 50'	19:45 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	19:45 HYBRID TRAINING ESTÚDIO 4 50'	19:45 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'		
20:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	20:30 IMPACT ABS ESTÚDIO AULAS 15'	20:30 FUNC. EXPRESS ESTÚDIO AULAS 15'	20:30 IMPACT CORE ESTÚDIO AULAS 15'	20:30 FUNC. EXPRESS ESTÚDIO AULAS 15'		

HORÁRIO EM VIGOR A PARTIR DE 29/11/2026

Ao IMPACT reserva-se o direito de livremente modificar as atividades e os horários. Aos feriados vigora o horário e as aulas de domingo.

IMPACT
YOUR LIFE