

# ESTÚDIO DE PILATES DE PENAFIEL

|     | SEGUNDA-FEIRA     | TERÇA-FEIRA       | QUARTA-FEIRA      | QUINTA-FEIRA      | SEXTA-FEIRA       | SÁBADO            |
|-----|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 8h  | PILATES CLÍNICO   |                   |                   | PILATES CLÍNICO   |                   |                   |
| 9h  |                   | PILATES APARELHOS | PILATES CLÍNICO   | PILATES APARELHOS |                   | PILATES APARELHOS |
| 10h |                   | PILATES CLÍNICO   |                   | PILATES CLÍNICO   |                   | PILATES CLÍNICO   |
| 11h |                   |                   |                   |                   |                   | PILATES KIDS      |
| 12h |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
| 13h |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
| 14h |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
| 15h |                   |                   |                   |                   |                   | PILATES APARELHOS |
| 16h |                   |                   | PILATES CLÍNICO   |                   |                   | PILATES CLÍNICO   |
| 17h |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
| 18h |                   |                   | PILATES APARELHOS | PILATES CLÍNICO   | PILATES APARELHOS |                   |
| 19h | PILATES CLÍNICO   | PILATES CLÍNICO   |                   | PILATES APARELHOS | PILATES CLÍNICO   |                   |
| 20h | PILATES APARELHOS | PILATES APARELHOS |                   | PILATES CLÍNICO   | PILATES APARELHOS |                   |
| 21h |                   | PILATES CLÍNICO   |                   |                   | PILATES CLÍNICO   |                   |

# ESTÚDIO DE PILATES DO PORTO

|     | SEGUNDA-FEIRA   | TERÇA-FEIRA       | QUARTA-FEIRA      | QUINTA-FEIRA    | SEXTA-FEIRA       | SÁBADO            |
|-----|-----------------|-------------------|-------------------|-----------------|-------------------|-------------------|
| 8h  |                 |                   |                   |                 |                   |                   |
| 9h  |                 |                   |                   |                 |                   |                   |
| 10h |                 |                   |                   |                 | PILATES CLÍNICO   | PILATES APARELHOS |
| 11h |                 |                   | PILATES CLÍNICO   |                 |                   | PILATES CLÍNICO   |
| 12h |                 |                   | PILATES APARELHOS |                 | PILATES APARELHOS |                   |
| 13h |                 | PILATES CLÍNICO   | PILATES CLÍNICO   | PILATES CLÍNICO | PILATES CLÍNICO   |                   |
| 14h |                 |                   |                   |                 |                   |                   |
| 15h |                 |                   |                   |                 |                   |                   |
| 16h | PILATES CLÍNICO |                   | PILATES CLÍNICO   | PILATES CLÍNICO |                   |                   |
| 17h |                 |                   |                   |                 |                   |                   |
| 18h |                 |                   | PILATES CLÍNICO   |                 |                   |                   |
| 19h | PILATES CLÍNICO | PILATES APARELHOS | PILATES CLÍNICO   | PILATES CLÍNICO |                   |                   |
| 20h |                 |                   |                   |                 |                   |                   |
| 21h |                 |                   |                   |                 |                   |                   |