

HORÁRIO DE AULAS

INOVA ITAJAÍ

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
◆ CIRCUITO F. 06:20	◆ ALONGAMENTO 06:20	◆ CIRCUITO F. 06:20	◆ ALONGAMENTO 06:20	◆ BOXE 07:00
◆ FITDANCE 07:00	◆ RITBOX 07:00	◆ FITDANCE 07:00	◆ RITBOX 07:00	◆ HIIT T. 18:30
◆ BOXE 07:00	◆ MUAY THAI 07:00	◆ BOXE 07:00	◆ MUAY THAI 07:00	◆ BOXE 18:30
◆ YOGA 08:00	◆ JIU-JITSU 08:00	◆ YOGA 08:00	◆ JIU-JITSU 08:00	◆ ALONGAMENTO 19:00
◆ HIIT T. 18:30	◆ MUAY THAI 18:00	◆ HIIT T. 18:30	◆ MUAY THAI 18:00	◆ BIKE 20:00
◆ BOXE 18:30	◆ JUMP 18:15	◆ BOXE 18:30	◆ JUMP 18:15	◆ FITDANCE 20:00
◆ YOGA 19:00	◆ FITDANCE 19:00	◆ YOGA 19:00	◆ FITDANCE 19:00	
◆ BIKE 19:00	◆ JIU-JITSU 19:00	◆ BIKE 19:00	◆ JIU-JITSU 19:00	
◆ MAT PILATES 20:00	◆ BIKE 19:00	◆ MAT PILATES 20:00	◆ BIKE 19:00	
	◆ GAP 20:00		◆ GAP 20:00	

◆ EDINEI

◆ MICHAEL

◆ NAKISSA

◆ ANNE

◆ FLÁVIO

◆ LUCAS

◆ LARISSA

DATA DE ATUALIZAÇÃO: 23/05/2025

UNIDADE ITAJAÍ