

# ACADEMIA HARMONIA: PILATES SOLO, YOGA, ALONGAMENTO, CONDICIONAMENTO E TREINO FUNCIONAL.



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
		PILATES SOLO Profa. Ednéa 08h00		PILATES SOLO Profa. Ednéa 08h00	
		PILATES SOLO Profa. Ednéa 09h00		PILATES SOLO Profa. Ednéa 09h00	YOGA Profa. Janaína 10h00 - PRES/ONLINE
		ALONGAMENTO Profa. Ednéa 15h45		ALONGAMENTO Profa. Ednéa 15h45	
TREINO FUNCIONAL Prof. Heber 16h45	CONDICIONAMENTO Profa. Ednéa 17h00	TREINO FUNCIONAL Prof. Heber 16h45	CONDICIONAMENTO Profa. Ednéa 17h00	TREINO FUNCIONAL Prof. Heber 16h45	
	PILATES SOLO Profa. Ednéa 17h30 - PRES/ONLINE		PILATES SOLO Profa. Ednéa 17h30 - PRES/ONLINE		PRES - PRESENCIAL ONLINE - ZOOM/MEET
YOGA Profa. Juliana 18h00	PILATES SOLO Profa. Ednéa 18h30	YOGA Profa. Janaína 18h00	PILATES SOLO Profa. Ednéa 18h30		PILATES SOLO YOGA
YOGA Profa. Juliana 19h15	PILATES SOLO Profa. Ednéa 19h30		PILATES SOLO Profa. Ednéa 19h30		ALONGAMENTO CONDICIONAMENTO TREINO FUNCIONAL

Atualizado em 01/06/2022