

HORÁRIO

mapa de aulas

São Pedro



Manhã

Tarde

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
E1 PILATES 07:15 45'	E2 LES MILLS RPM 07:15 45'	E1 LES MILLS CORE 07:15 45'	E1 LES MILLS BODYBALANCE 07:15 45'	E1 LES MILLS BODYPUMP 07:15 45'	
					E1 LES MILLS BODYPUMP 09:45 45'
E1 SPALD HYBRID TRAINING 10:30 45'	E1 YOGACLASS 10:30 60'	E2 LES MILLS RPM 10:30 45'	E1 PILATES 10:30 45'	E1 LES MILLS BODYPUMP 10:30 45'	
					E2 LES MILLS RPM 10:45 45'
					E1 PILATES 10:45 45'
E2 LES MILLS RPM 12:45 45'	E1 LES MILLS CORE 12:45 30'	E1 LES MILLS BODYBALANCE 12:45 45'	E1 LES MILLS BODYPUMP 12:45 30'	E1 PILATES 12:45 45'	
E1 LES MILLS BODYPUMP 18:15 45'		E1 LES MILLS BODYPUMP 18:15 45'			
	E2 RIDECLASS 18:30 45'		E2 LES MILLS RPM 18:30 45'	E1 PILATES 12:45 45'	
	E1 ritbox 18:30 45'		E1 SPALD HYBRID TRAINING 18:30 45'		
E2 LES MILLS RPM 19:00 45'		E2 LES MILLS RPM 19:00 45'		E2 LES MILLS RPM 19:00 45'	
E1 STEPCLASS 19:10 45'		E1 LES MILLS BODYBALANCE 19:10 45'			
	E1 LES MILLS CORE 19:25 45'		E1 LES MILLS BODYPUMP 19:25 45'	E1 BUMBUM CLASS 19:25 30'	
E1 PILATES 20:00 45'					
			E1 PILATES 20:15 45'		

E1 - Estúdio 1 E2 - Estúdio 2 E3 - Estúdio 3



O Spald reserva-se ao direito, por questões de logística interna, de modificar as actividades e horários.
Mais informações na recepção do clube. Setembro 2026.