

**HORÁRIO DE AULAS - Inverno 2011**  
**CLASSE TIMETABLE - Winter 2011**

	Mon	Tue	Wed	Thur	Frid	Sat	Sun
<b>09:15</b>	<b>Total Burn</b> (Teca) 60'	<b>ZUMBA</b> (Alessandra) 60'	<b>YOGA</b> (Rachel) 60'		<b>ZUMBA</b> (Alessandra) 60'		
<b>10:15</b>	<b>YOGA</b> (Rachel) 60'		<b>Total Burn</b> (Teca) 60'		<b>CYCLE &amp; PUMP</b> (Teca) 60'		
<b>10:30</b>		<b>PILATES</b> (Vitor) 60'		<b>PILATES</b> (Vitor) 60'		<b>PILATES</b> (Vitor) 60'	
<b>11:30</b>		<b>POWER PUMP</b> (Bruno) 60'		<b>POWER PUMP</b> (Bruno) 60'		<b>POWER PUMP</b> (Bruno) 60'	<b>CIRCUIT</b> (Teca) 50'
<b>13:00</b>	<b>CIRCUIT</b> (Teca) 50'	<b>CYCLE &amp; ABS</b> (Nuno) 50'	<b>CIRCUIT</b> (Bruno) 50'	<b>CYCLE &amp; ABS</b> (Bruno) 50'	<b>POWER PUMP</b> (Bruno) 60'		

Classes:	Validade / Valid for:
1x = 12€	1 dia / 1 day
5x = 49€	90 dias / 90 days
10x = 70€	180 dias / 180 days
15x = 77€	35 dias / 35 days

**Horário de Inverno / Winter opening hours**

Dias úteis: 8h às 16h / Monday to Friday: 8am to 4pm

Fins de semana e feriados: 8h às 14h / Weekends and bank holidays: 8am to 2pm

**Contactos / Contacts:**

Email: gym@ddbc.pt Tel: 289 351 352

**HORÁRIO DE AULAS - Inverno 2011**  
**CLASSE TIMETABLE - Winter 2011**

	Mon	Tue	Wed	Thur	Frid	Sat	Sun
<b>09:15</b>	<b>Total Burn</b> (Teca) 60'	<b>ZUMBA</b> (Alessandra) 60'	<b>YOGA</b> (Rachel) 60'		<b>ZUMBA</b> (Alessandra) 60'		
<b>10:15</b>	<b>YOGA</b> (Rachel) 60'		<b>Total Burn</b> (Teca) 60'		<b>CYCLE &amp; PUMP</b> (Teca) 60'		
<b>10:30</b>		<b>PILATES</b> (Vitor) 60'		<b>PILATES</b> (Vitor) 60'		<b>PILATES</b> (Vitor) 60'	
<b>11:30</b>		<b>POWER PUMP</b> (Bruno) 60'		<b>POWER PUMP</b> (Bruno) 60'		<b>POWER PUMP</b> (Bruno) 60'	<b>CIRCUIT</b> (Teca) 50'
<b>13:00</b>	<b>CIRCUIT</b> (Teca) 50'	<b>CYCLE &amp; ABS</b> (Nuno) 50'	<b>CIRCUIT</b> (Bruno) 50'	<b>CYCLE &amp; ABS</b> (Bruno) 50'	<b>POWER PUMP</b> (Bruno) 50'		

Classes:	Validade / Valid for:
1x = 12€	1 dia / 1 day
5x = 49€	90 dias / 90 days
10x = 70€	180 dias / 180 days
15x = 77€	35 dias / 35 days

**Horário de Inverno / Winter opening hours**

Dias úteis: 8h às 16h / Monday to Friday: 8am to 4pm

Fins de semana e feriados: 8h às 14h / Weekends and bank holidays: 8am to 2pm

**Contactos / Contacts:**

Email: gym@ddbc.pt Tel: 289 351 352