



Bem estar melhor idade

MIL RAZÕES PARA CUIDAR DA SAÚDE E SE DIVERTIR

GRADE DE AULAS E HORÁRIOS

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
7:00 / 8:00	Ginástica	Caminhada corrida	Ginástica	Pilates de solo	Dança de salão
8:00 / 9:00	Zumba	Forró pé de serra	Zumba	Forró pé de serra	Canto e coral
9:00 / 10:00	Pilates de solo	Dança de salão	Iniciação digital	Dança do ventre	Artesanato



SHOPPING
CAMPO LIMPO