

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
09:15	GINÁSTICA FUNCIONAL	PILATES	Ginástica Funcional	PILATES	GINÁSTICA FUNCIONAL
10:00	ALONGAMENTO	CIRCUITO	ALONGAMENTO	CIRCUITO	ALONGAMENTO
10:30		RITMOS DO VEM		RITMOS DO VEM	
14:00	PILATES	CIRCUITO	ALONGAMENTO	CIRCUITO	PILATES
17:00	GINÁSTICA FUNCIONAL	ALONGAMENTO	GINÁSTICA FUNCIONAL	ALONGAMENTO	GINÁSTICA FUNCIONAL
17:30		RITMOS DO VEM		RITMOS DO VEM	



Aulas remotas, gratuitas, transmitidas pelo zoom meeting

Inscrições: paec@unisa.br ou pelo QR Code

