

GINÁSIOS	UTILIZADORES	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO
[A]	SRBA – Pilates Clínico	18:00-20:00		18:30 – 20:00			
	CSPCMC- Aerobica				18.00-19.00		
	CRIC - Classe Mobilidade		10:45 – 11:45		10:45 – 11:45		
[B]	S. DESP. - GerontoMotricidade	09:00 – 12:30			09:00 – 12:30		
	CAD CORUCHE - Manutenção	18:30 – 19:30			18:30 – 19:30		
	CSPCMC - Aerobica		18.00-19.00				
	CAD Coruche – Aerobica/Step	19:30 – 21:30	19:30 – 21:30		19:30 – 21:00		
	CAD Coruche (karaté)					17:00-20:0	
	ASSECOR						10:00 – 11:00
[C]	S. Desp. Psicomotricidade						
	CAD Coruche (karaté)	17:30 – 20:00					
	DEFESA PESSOAL		19:00 - 21:00	19:00 - 21:00	19:00 – 21:00	19:00 – 21:00	