

Horário

Turmas para iniciantes: Iniciantes Turmas avançadas: Swâj;Sthya Conheça nossos instrutores

HORÁRIO

SEGUNDA TERÇA QUARTA QUINTA SEXTA SÁBADO

6h - Iniciantes - Iniciantes - 7h15 Iniciação Swâj;Sthya - 9h - Swâj;Sthya - Iniciantes - Swâj;Sthya - Iniciantes - Swâj;Sthya - 11h - Iniciantes Swâj;Sthya - Iniciantes Swâj;Sthya - Swâj;Sthya - 12h15 - Swâj;Sthya - Iniciantes Swâj;Sthya - Iniciantes - Swâj;Sthya - Iniciantes - Swâj;Sthya - 17h - Iniciantes - 18h - Iniciantes Swâj;Sthya - Iniciantes Swâj;Sthya - - 1ª fase em musculares - Swâj;Sthya - Swâj;Sthya - 20h - Iniciantes Swâj;Sthya - Iniciantes Swâj;Sthya - - 2ª fase em flexibilidade - Aulas suplementares 18h - Aula de Meditação - 20h - Aula de Coreografia - Aula teórica - 2x por mês