



MAPA DE AULAS

O OMG Venda Nova reserva-se o direito de livremente modificar as actividades e horários.

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15 C SCHWINN CYCLING	07:15 XD C. FUNCIONAL	07:15 SI LOCALIZADA	07:15 XD TRX	07:15 P HIDROGINÁSTICA	08:45 P HIDROGINÁSTICA	*
08:15 P HIDROGINÁSTICA	09:00 P HIDROGINÁSTICA	09:00 P HIDROGINÁSTICA	08:15 P HIDROGINÁSTICA	09:00 S2 ABS 30'	09:00 C SCHWINN CYCLING	09:30 C SCHWINN CYCLING
09:00 SI FLEX	09:00 SI SUPER AVÓS	09:00 SI GAP	09:15 SI PILATES	09:00 SI SUPER AVÓS	09:30 P BÉBÉS	10:15 P BEBÉS
09:15 XD C. FUNCIONAL	10:00 P HIDROGINÁSTICA	10:00 SI YOGA	10:15 P HIDROGINÁSTICA	10:00 C SCHWINN CYCLING	10:05 P PEIXINHOS	10:45 SI FLEX
10:15 SI LOCALIZADA	10:00 SI PILATES	10:15 P HIDROGINÁSTICA	10:15 SI LOCALIZADA	10:15 P HIDROGINÁSTICA	10:50 P PEIXINHOS	10:50 P PEIXINHOS
10:15 P HIDROGINÁSTICA	10:00 C SCHWINN CYCLING	10:15 C SCHWINN CYCLING			11:15 SI POWER JUMP	11:45 P HIDROGINÁSTICA
					11:35 P GOLFINHOS	11:45 XD C.FUNCIONAL
					11:35 P TUBARÕES	
12:45 SI LOCALIZADA	12:45 XD TRX	12:45 XD C.FUNCIONAL	12:45 C SCHWINN CYCLING	12:45 S2 PILATES		
15:00 P HIDROGINÁSTICA	17:15 SI LOCALIZADA	15:00 P HIDROGINÁSTICA	17:15 SI FLEX	15:00 P HIDROGINÁSTICA	15:20 P PEIXINHOS	
17:15 P PEIXINHOS	17:15 P HIDROGINÁSTICA	17:15 P PEIXINHOS	17:15 P HIDROGINÁSTICA	17:15 SI LOCALIZADA	15:30 C SCHWINN CYCLING	
17:30 SI GAP 30'	18:00 S2 ABS 20'	17:30 XD TRX	18:00 S2 GVN KIDS	17:15 P PEIXINHOS	15:30 SI ZUMBA	
17:30 XD C.FUNCIONAL	18:00 P BÉBÉS	18:00 P BÉBÉS	18:00 P PEIXINHOS	18:00 P BEBÉS	16:05 P GOLFINHOS	
18:00 P PEIXINHOS	18:15 XD GVN KIDS	18:30 S2 KARATÉ KIDS I	18:15 XD BOPE	18:15 SI PILATES	16:05 P TUBARÕES	
18:15 S2 PILATES	18:35 P PEIXINHOS	18:30 SI POWER JUMP	18:15 SI YOGA	18:30 XD CROSS	16:30 SI BODY PUMP	
18:15 SI POWER JUMP	18:35 SI BODY ATTACK	18:30 C SCHWINN CYCLING	18:45 P TUBARÕES	18:35 P GOLFINHOS	17:00 P HIDROGINÁSTICA	
18:30 XD BOPE	19:00 C SCHWINN CYCLING	18:30 XD CROSS	18:45 P GOLFINHOS	19:00 S2 BABY CLASS		
18:30 C SCHWINN CYCLING	19:00 S2 DANCE KIDS	18:35 P PEIXINHOS	18:45 S2 BABY CLASS	19:15 C SCHWINN CYCLING		
18:45 P GOLFINHOS	19:15 XD C.FUNCIONAL	19:15 S2 KARATÉ KIDS II	19:15 C SCHWINN CYCLING	19:15 SI ZUMBA		
19:15 S2 PILATES	19:20 P GOLFINHOS	19:20 P PEIXINHOS	19:15 SI LOCALIZADA	19:20 P PEIXINHOS		
19:15 SI LOCALIZADA	19:20 P TUBARÕES	19:20 P GOLFINHOS	19:15 XD TRX	19:20 P TUBARÕES		
19:30 C SCHWINN CYCLING	19:30 SI YOGA	19:30 XD CROSS	19:30 P TUBARÕES	19:30 XD CROSS		
19:30 P TUBARÕES	19:45 S2 TEEN DANCE I	19:30 SI ZUMBA	19:30 P GOLFINHOS	19:45 S2 TEEN DANCE I		
19:30 XD KARATÉ KIDS	20:05 P NAT. ADULTOS	19:30 C SCHWINN CYCLING	19:30 S2 DANCE KIDS	20:15 SI GAP		
20:15 S2 DANÇAS URBANAS		20:20 P HIDROGINÁSTICA	20:15 C SCHWINN CYCLING	20:20 P HIDROGINÁSTICA		
20:15 SI ZUMBA		20:15 S2 PILATES	20:15 S2 DANÇAS URBANAS			
20:20 P HIDROGINÁSTICA	20:30 C SCHWINN CYCLING			20:30 XD BOXE		
	20:30 SI BODY PUMP	20:30 SI BODY COMBAT	20:30 P HIDROGINÁSTICA	20:30 S2 TEEN DANCE II		
	20:30 S2 TEEN DANCE II	20:30 XD GAP	20:30 XD C.FUNCIONAL	21:05 P NAT. ADULTOS		
21:00 C SCHWINN CYCLING	20:30 XD BOXE	21:05 P NAT. ADULTOS		21:05 P NAT. ADULTOS		
21:05 P NAT. ADULTOS	21:05 P HIDROGINÁSTICA	21:15 S2 FLEX				

- Tipo de Aula
- Mente e Corpo ■
 - Crianças ■
 - Dança ■
 - Cárdio ■
 - Localizadas ■
 - Cycling ■
 - Funcionais ■
 - Artes Marciais ■

Info OMG App Pré-reserva/Reserva de Aula:
 Pré Reserva pode ser levantada 1 hora antes da aula
 Pré reserva disponível até 10 min antes da aula
 Reservas disponíveis 20 min antes da aula

www.omeuginasio.com | TORNA-TE MEMBRO DO NOSSO SITE

Última Atualização: JANEIRO 2025