

**Piscina Municipal da Póvoa de Santa Iria *Atividades de fitness***

Atividades		2.^a FEIRA	4.^a e 6.^a FEIRA	3.^a e 5.^a FEIRA
Treino Localizado	3 B Brasil	20.15h		20.15h
	Localizada		18.45h	
Cárdio	Zumba			19.30h 21.00h
Body & Mind	100% Pilates	18.45h		18.45h
Treino Funcional	CROSS TRAINING		20.15h	
Treino Localizado e Cárdio	Total Condition		19.30h	