


Espaço Funcional - Grade de Horários - V. 03/10/2022

Modalidade	DIAS	HORÁRIOS (Início da Aula)
Treinamento Funcional	Segundas, Quartas, Sextas	06h, 07:30h, 08:30h, 10:30h 17h, 18h 19h
	Terças, Quintas	08h, 17h, 18h
	Sábados	(Suspensão)
Terceira Idade	Segundas, Quartas, Sextas	08:30h, 09:30h
Pilates	Segundas, Quartas, Sextas	09:30h, 14h, 15h, 16h, 17h, 18h,19h
	Terças e Quintas	07h, 15h, 16h, 17h, 18h,19h
Arte Marcial Russa (Systema)	Terças e Quintas	07h, 19h
	Sábados	10h
Aulas Particulares	Modalidades	Consultar Agenda
Atendimento Fisioterapia e Terapias Associadas: Acupuntura, Massoterapia, Hipnose Clínica, LET, Magnetoterapia, TokSen, Laserterapia, Ozônioterapia e etc., Hipnose Clínica.		Consultar Agenda nos fones abaixo.
Demais Modalidades	Suspensas momentaneamente por Segurança em função da Pandemia.	
 Adquira seu Kettlebell & Clubbell NRRU	Contatos abaixo	

Observação:

Os Horários das modalidades podem ampliar ou mudar.

Tem uma turma de amigos (as) e/ou precisa de um horário alternativo? Fale com a gente!

Atenção: Estamos com protocolos Rígidos de Biossegurança e Vagas Limitadas, *independente da Flexibilização*. Para os treinos *sujeitos*: máscara, garrafina de água pessoal e se tiver/puder traga sua toalhinha de rosto.

Ligue: (11) 3021-6769 - 3871-9533 - WhatsApp (11) 9.4241-6823
E-mail: carlos.espacofuncional@gmail.com - www.espacofuncional.com.br

Sede:



Apoio:



- (1) Tem uma turma de amigos? Consulte a abertura de uma nova turma em horário alternativo.
- (2) Turma para atendimento de Doenças Crônicas e problemas Osteomusculares distribuídas na grade acima.

*** Teremos muito prazer em recebê-lo e sanar suas eventuais dúvidas ***
**** Agende aula experimental e surpreenda-se com os RESULTADOS! ****



* Confira se houve alterações na grade em: <http://www.espacofuncional.com.br/gradehorarios>