Espaço Funcional Monica Pimenta

Grade de Horários (V. – 29/07/2026)

Espaço Funcional - Grade de Horários - V. 29/07/2026

Modalidade	DIAS	HORÁRIOS (Início da Aula)
Treinamento Funcional	Segundas, Quartas, Sextas	06:30h, 07:30h, 08:30h, 09:30h, 10:30h, 11:30h(seg/qua), 17h, 18h e 19h(seg/qua)
	Terças, Quintas	08h, 17h, 18h
Terceira Idade	Segundas, Quartas, Sextas	08:30h, 09:30h
	Terças, Quintas	10h
Arte Marcial Russa (Systema)	Terças e Quintas	07h, 19h
	Sábados (2h de treino)	10h
Aulas Particulares	Modalidades - Consultar Agenda	Ballet Lyrical - Quintas - 11h Dança de Salão (3a idade) - Terça -10:30h
Atendimento Fisioterapia e Terapias Associadas: Acupuntura, Massoterapa, LET - Terapia Linfática,, Magnetoterapia, TokSen, Alinhamento Postural, Laserterapia, Ozônioterapia e etc.		Consultar Agenda nos fones abaixo.
Hipnose Clínica + Psicoeducação	Consultar agenda (disponível também para os finais de semana) ***Atendemos casos complexos.***	***NOVIDADE:*** **Alugamos sala para Cursos Diversos, Aulas de Yoga/Dança/Pilates, Ensaio de Teatro, Acupuntura, etc.**
F.B.K.L	Adquira seu Kettlebell & Clubbell NRRU	Contatos abaixo

Observação:

Horários das modalidades sujeito a alterações.

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

Sede: FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE KETTLEBELL LIFTING F.B.K.L

Apoio: NRRU THE BEST KETTLEBELL SPORT Kettlebell & Clubbells

Atenção: **Nos preocupamos com sua saúde e excelência no atendimento. Trabalhamos com Vagas Limitadas por perfil/turma e *sujerimos que traga* sua garrafinha de água pessoal e e sua toalhinha de rosto.**

Ligue: (11) 3021-6769 - 3871-9533 - WhatsApp (11) 9.7598-8001
E-mail: carlos.espacofuncional@gmail.com - www.espacofuncional.com.br

(1) Tem uma turma de amigos? Consulte a abertura de uma nova turma em horário alternativo.

(2) Turma para atendimento de Doenças/Dores Crônicas e problemas Osteomusculares distribuidas na grade acima.

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

Sede: FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE KETTLEBELL LIFTING F.B.K.L

Apoio: NRRU THE BEST KETTLEBELL SPORT

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