

# POWERSOUL FITNESS

## HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

De segunda a sexta-feira das 8h às 21h

Sábado – 9:00 às 13:00 h

Domingo - Fechada

### Espaço Fitness

Horários	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
8h	PT	PT	PT	PT	PT	PT
9h	PT	PT	PT	PT	PT	PT
10h	PT	PT	PT	PT	PT	PT
11h	PT	PT	PT	PT	PT	PT
12h	PT	PT	PT	PT	PT	PT
13h	PT	PT	PT	PT	PT	
14h	PT	PT	PT	PT	PT	
15h	PT	PT	PT	PT	PT	
16h	PT	PT	PT	PT	PT	
17h	PT	PT	PT	PT	PT	
18h	PT	PT	PT	PT	PT	
19h	PT	PT	PT	PT	PT	
20h	PT	PT	PT	PT	PT	
21h						

### Espaço Power

Horários	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
8h						
9h						
10h						
11h						Jiu Jitsu (Open Mat)
12:00		Jiu Jitu Executive		Jiu Jitu Executive		
13h						
14h						
15h						
16h						
17h						
18h15-19:00		JudoKids		JudoKids		
19h-20:30	Jiu Jitsu	Defesa Pessoal	Jiu Jitsu	Defesa Pessoal	Jiu Jitsu	

## POWERSOUL FITNESS

### HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

De segunda a sexta-feira das 8h às 21h

Sábado – 9:00 às 13:00 h

Domingo - Fechada

### Espaço Soul

Horários	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
8:15h		Yoga	Pilates		Pilates	
9h						
10h						Yoga
11h						
12:30h			Pilates		Pilates	
13h						
14h						
15h						
16h						
17h						
18h						
19h	Pilates	Yoga		Pilates	Yoga	
20h						