

ARTGYM SPORTS CENTRE – Rua de Almorode, 185, C – MAIA – 91 919 77 55

COMPLEXO GINÁSTICA MAIA – Rua de Altino Coelho – MAIA – 91 760 51 32

	CLASSES	Professores	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
Getting Started	BabyGym (18-36 meses)	Filipa Patrocínio						11:00 – 12:30
	MiniGym A (3-5 anos)	Filipa Patrocínio	17:30 - 18:30		17:30 - 18:30			
	MiniGym B (3-5 anos)	Filipa Patrocínio		17:30 - 18:30		17:30 - 18:30		
	MiniGym C (3-5 anos)	Beatriz Dias		18:00 - 19:00 CompGinMaia		18:00 - 19:00 CompGinMaia		
	FunGym A (5-9 anos)	Ana Silva / Catarina Monteiro	17:30 – 19:30		17:30 – 19:30		17:30 – 19:30	
	FunGym B (5-9 anos)	Ana Silva / Catarina Monteiro		17:30 – 19:30		17:30 – 19:30	17:30 – 19:30	
	Ginástica para Todos A (aberta a todas as idades > 10 anos)	Olga Gama			19:00 – 20:30		19:00 – 20:30	
	Ginástica para Todos B (aberta a todas as idades > 10 anos)	Francisca Teixeira		18:30 - 20:00		18:30 - 20:00		
	Veteranos (Ginástica para Adultos)	Isaura Leite					21:00 – 22:30	
Getting Ready	Trampolins 3x (Benjamins - 6-7 anos)	Sebastião Gervásio Rafael Sá	17:30 – 19:30		17:30 – 19:30	17:30 – 19:30		
	Artística Feminina 3x (Benjamins - 6-7 anos)	Catarina Moreira	18:00 - 20:30 CompGinMaia		18:00 - 20:30 CompGinMaia		18:00 - 20:30 CompGinMaia	
	Acro 4x (Infantis - 6-12 anos)	Filipa Reis/ Henrique Silva / Bruna Gomes	18:00 – 20:00	18:00 – 20:00		18:00 – 20:00	18:00 – 20:00	
	Artística Feminina 4x (Infantis - 8-9 anos)	Diana Teixeira	18:00 - 20:30 CompGinMaia	18:00 - 20:30 CompGinMaia	18:00 - 20:30 CompGinMaia	18:00 - 20:30 CompGinMaia	18:00 - 20:30 CompGinMaia	
	Trampolins 4x (Iniciados - 7-10 anos)	António Martins Rafael Sá	18:00 - 20:00	18:00 - 20:00		18:00 - 20:00	18:00 - 20:00	
	Acro Base (Iniciados -> Seniores // 7-19 anos)	Tiago Maia / Joana Magalhães / Rita Figueiredo / Isaura Leite / Filipa Patrocínio	17:30 – 21:00	17:30 – 21:00	17:30 – 21:00	17:30 – 21:00	17:30 – 21:00	
	Trampolins Iniciação (Iniciados - 11-16 anos)	António Martins Rafael Sá	18:00 – 21:00	18:00 – 21:00	18:00 – 21:00	18:00 – 21:00	18:00 – 21:00	
	Artística Feminina 2ª div. (5x) (>9 anos)	Lurdes Monteiro / Mariana Pitrez	18:00 - 21:00 CompGinMaia	18:00 - 21:00 CompGinMaia	18:00 - 21:00 CompGinMaia	18:00 - 21:00 CompGinMaia	18:00 - 21:00 CompGinMaia	
	Artística Feminina Base (3x) - A (>9 anos)	Ana Carrapatoso	18:00 - 20:30 CompGinMaia		18:00 - 20:30 CompGinMaia		18:00 - 20:30 CompGinMaia	
	Artística Feminina Base (3x) - B (>9 anos)	Ana Carrapatoso		18:00 - 20:30 CompGinMaia		18:00 - 20:30 CompGinMaia		10:00 - 12:30 CompGinMaia
	Getting Pro	Acro Elite (Juv/Jun/Sen)	Lourenço França / Úrsula Martins / Nelson Araújo / João Maia / Carolina Dias	16:00 – 21:00	16:00 – 21:00	16:00 – 21:00	16:00 – 21:00	16:00 – 21:00
Artística Iniciação / Elite (Inic/Juv/Jun/Sen)		José Ferreirinha / Joana Carvalho	17:00 - 20:30 CompGinMaia	17:00 - 20:30 CompGinMaia	17:00 - 20:30 CompGinMaia	17:00 - 20:30 CompGinMaia	17:00 - 20:30 CompGinMaia	10:00 - 13:00 CompGinMaia
Getting Fit	Musculação / Cardio	Ávaro Moreira	9:00 - 14:00 14:00 – 21:00	9:00 - 14:00 14:00 – 21:00	9:00 - 14:00 14:00 – 21:00	9:00 - 14:00 14:00 – 21:00	9:00 - 14:00 14:00 – 21:00	9:00 – 13:00
	Cycle	Cláudia Carcau			19:00 – 19:50			
	Local	Luciano Silva	19:00 – 19:50				19:00 – 19:50	
	Pilates	Joana Guerra				18:45 - 19:35		
	Step	Sara Mota		18:45 - 19:35				
Getting Mobile	Parkour (1x ou 2x)	João Sousa			19:00 – 20:30			11:00 – 12:30
	Karaté	Vitor Costa	20:00 - 21:00		20:00 - 21:00			
	Kickboxing	Ávaro Moreira		20:00 - 21:00		20:00 - 21:00		
	Boxe	Ávaro Moreira					20:00 - 21:00	

Horário atualizado a 01/09/2022 revogando todos os anteriores