

HORÁRIO DAS AULAS DE GRUPO | 2025-2026



Colégio Marista de Carcavelos

ESTUDIO 1

HORÁRIO	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA
8:30-9:15	YOGA Margarida Couto	MOVE & BURN Thais Francisco	YOGA Margarida Couto	LOCALIZADA Thais Francisco
12:45-13:30		PILATES Ana Água		PILATES Ana Água
17:15-18:00	TOTAL CONDICIONAMENTO Susana Mendes			
17:30-18:15		PFF Inês Afflalo	GAP Inês Ferro	PFF Inês Afflalo
18:30-19:15	PILATES Joana Moreira	LOCALIZADA Inês Afflalo	PILATES Inês Ferro	TREINO FUNCIONAL Inês Afflalo
19:20-20:05		ZUMBA Carolina Pinto		

Responsável

Daniel Pedro

cesmarista@marista-carcavelos.org