

QualividA Presencial

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
8:30 -	Yoga (Maísa) 2º andar 7h30 às 8h	Pilates (Luciana) 2º andar 07:30 às 08:20 Pilates (Luciana) 2º andar 8:30 às 9:30	Pilates (Camila) 2º andar 8:30 às 9:30	8:30 -
Yoga hormonal (Lis) 2º andar 9:30 às 10:30	9:00 -	9:00 -	9:00 -	9:00 -
10:00 -	Ginástica (SMEL) 2º andar 10:15 às 11:15	Ginástica (SMEL) 2º andar 10:30 às 11:30	Dança (SMEL) 2º andar 10:00 às 11:00	10:00 -
11:00 -	11:00 -	11:00 -	Pilates (Luciana) 2º andar 11:00 às 12:00	11:00 -
12:00 -	12:00 -	12:00 -	12:00 -	12:00 -
13:00 -	Italiano (Rubens) 5º andar 13:30 às 15:00 Turma nova (iniciantes) Italiano (Rubens) 5º andar 15:15 às 16:45	13:00 -	13:00 -	Espanhol (Bárbara) 5º andar 13:30 às 15:00
Turma nova: Inglês (Arlene) 5º andar 14:00 às 15:30	Inglês (Arlene) 5º andar 15:30 às 17h	Pilates (Camila) 2º andar 14:30 às 15:30 Espanhol (Bárbara) 5º andar 14:15 às 15:45	Pilates (Camila) 2º andar 14:30 às 15:30	14:00 -

15:00 -	Inglês (Arlene) 5° andar 15:30 às 17:30	15:00 -	15:00 -	15:00 -
Dança anos 80/90 (Matheus) 2° andar 16:00 às 17:00	Dança (Josimar) 2° andar 16:00 às 17:00	Dança (Josimar) 2° andar 16:00 às 17:00 Turma nova Espanhol (Bárbara) 5° andar 16:10 às 17:40 Inglês (Cris) 5° andar 16:00 às 17:30	Yoga (Maísa) 2° andar 16:00 às 17:00	16:00 -
Pilates (Luciana) 2° andar 17h30 às 18h20	Violão(Mauro) 5° andar 17:00 às 18:00	17:00 -	Violão (Mauro) 5° andar 17:00 às 18:00	17:00 -
Pilates (Luciana) 2° andar 18h30 às 19:20	Zumba (Alessandra) 2° andar 18:00 às 19:00	Yoga hormonal (Lis) 2° andar 18:00 às 18:30	Yoga Maísa 2° andar 18:00 às 18:20	18:00 -
19:00 -	Dança Gaúcha (Jorge) 2° andar 19:10 às 20:20	19:00 -	19:00 -	19:00 -

QualividA Online

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
8:30 -	08:30	Yoga (Maísa) 08:00 às 09:00	8:30 -	Yoga (Maísa) 08:00 às 09:00
Inglês (Arlene) 9:00 às 10:30	Italiano Carmem 09:00 às 11:00 Inglês Arlene 9:00 às 10:30 Yoga (Maise) 09:30 às 10:30	Inglês (Arlene) 9:00 às 10:30 Espanhol Bárbara N4 9:30 às 11:00	9:00 Yoga (Maísa) 09:30 às 10:30	9:00 -
Italiano (Rubens) 13:30 às 15:00	13:00 -	13:00 - Italiano (Carmem) 13:30 às 15:30	13:00 -	13:00 -
Espanhol (Bárbara) N2 14:00 às 15:30	Turma Nova Espanhol (Bárbara) 14:00 às 15:30	14:00 -	Inglês (Arlene) 14:00 às 15:30	14:00 -
15:00 -	15:00 -	15:00 -	Inglês (Arlene) 15:45 às 17:15	15:00 -
Yoga Maísa 16:00 às 16:40 Espanhol Bárbara N3 16:30- 18:00	16:00 -	16:00 -	16:00 -	16:00 -
Italiano (Carmem) 18:00 às 19:00 Yoga (Maise) 16:00 às 17:00	18:00 -	18:00 - Yoga (Maise) 18:30 às 19:30	18:00 -	18:00 -
		Yoga Hormonal (Lis) 20:00 às 20:40		