

HORÁRIOS . SCHEDULES

2025/2026

Segunda Monday	Terça Tuesday	Quarta Wednesday	Quinta Thursday	Sexta Friday
	10:00 Vinyasa Flow Andreina <i>*Led in English</i>			
12:45 Yoga Dinâmico Joana	12:45 Yoga Dinâmico Joana	12:45 Yoga Dinâmico Joana	12:45 Yoga Dinâmico Joana	12:45 Yoga Dinâmico Joana
	18:00 Yoga Suave Joana		18:00 Yoga Suave Joana	
19:00 Ballerina Body Inês	19:15 Yoga Dinâmico Joana	19:00 Ballerina Body Inês	19:15 Yoga Dinâmico Joana	

Notas / Notes:

Todas as aulas são presenciais, com possibilidade de **transmissão online**.

*All classes are in person, with the possibility of **live streaming**.*

Encerramos nas seguintes datas: feriados locais e nacionais, períodos festivos (Natal, Carnaval, Páscoa).

We are closed on: local and national holidays, holiday periods (Christmas, Carnival, Easter).