


Espaço Funcional - Grade de Horários - V. 06/05/2024

Modalidade	DIAS	HORÁRIOS (Início da Aula)
Treinamento Funcional	Segundas, Quartas, Sextas	06:30h, 07:30h, 08:30h, 10:30h 17h, 18h 19h
	Terças, Quintas	08h, 17h, 18h
	Sábados	(Suspensão)
Terceira Idade	Segundas, Quartas, Sextas	08:30h, 09:30h
Pilates ou Pilates + Musculação	Segundas, Quartas, Sextas	09:30h, 11:30h 14h, 15h, 16h, 17h, 18h
	Terças e Quintas	07h
Arte Marcial Russa (Systema)	Terças e Quintas	07h, 19h
	Sábados (2h de treino)	10h
Aulas Particulares	Modalidades	Consultar Agenda
Atendimento Fisioterapia e Terapias Associadas: Acupuntura, Massoterapia, LET - Terapia Linfática, Magnetoterapia, TokSen, Alinhamento Postural, Laserterapia, Ozônioterapia e etc.		Consultar Agenda nos fones abaixo.
Hipnose Clínica + Psicoeducação	Consultar agenda (disponível também para os finais de semana)	
 Adquirir seu Kettlebell & Clubbell NRRU	Contatos abaixo	

Observação:

Os Horários das modalidades sujeito a mudanças

Tem uma turma de amigos (as) e/ou precisa de um horário alternativo? Fale com a gente!

Sede:



Apoio:



Atenção: Nos preocupamos com sua saúde e excelência no atendimento. Trabalhamos com Vagas Limitadas por turma e *sugerimos que traga* sua garrafinha de água pessoal e e sua toalhinha de rosto.

Ligue: (11) 3021-6769 - 3871-9533 - WhatsApp (11) 9.7598-8001
E-mail: carlos.espacofuncional@gmail.com - www.espacofuncional.com.br

- (1) Tem uma turma de amigos? Consulte a abertura de uma nova turma em horário alternativo.
- (2) Turma para atendimento de Doenças Crônicas e problemas Osteomusculares distribuídas na grade acima.

*** Teremos muito prazer em recebê-lo e sanar suas eventuais dúvidas ***
**** Agende aula experimental e surpreenda-se com os RESULTADOS! ****



* Confira se houve alterações na grade em: <http://www.espacofuncional.com.br/gradehorarios>