

## QUADRO DE HORÁRIOS - AWB

Horários	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	SÁBADO
07:00	SPINNING	ALONGAMENTO	SPINNING	ALONGAMENTO	SPINNING	
		KICK BOXING <sup>G</sup>		KICK BOXING <sup>G</sup>		
07:15	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	
07:30			LOCAL EXPRESS			
08:00	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	
	LOCAL	AERO DANCE	BALLET / JAZZ FIT	AERO DANCE	LOCAL	
		SPINNING		SPINNING		
		BALLET INF.		BALLET INF.		
	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	
08:10	AERO DANCE		AERO DANCE		AERO DANCE	
09:00	ALONGAMENTO	LOCAL EXPRESS	ALONGAMENTO	LOCAL EXPRESS	ALONGAMENTO	
		GYM DANCE		GYM DANCE		
		BALLET INF.		BALLET INF.		
		JIU JITSU INF.		JIU JITSU INF.		
10:00		BABY BALLET		BABY BALLET		
		JUDÔ INF.		JUDÔ INF.		
10:30					SPINNING	
11:00	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	
12:00	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU LIVRE
15:00		BALLET		BALLET		
		GYM DANCE		GYM DANCE		
16:00		MODERN JAZZ		MODERN JAZZ		
		BALLET INF.		BALLET INF.		
		BABY BALLET		BABY BALLET		
		JIU JITSU INF.		JIU JITSU INF.		
	KICK BOXING <sup>G</sup>		KICK BOXING <sup>G</sup>		KICK BOXING <sup>G</sup>	
16:30	KARATÊ INF.		KARATÊ INF.			
17:00	JUDÔ INF.	MODERN JAZZ	JUDÔ INF.	MODERN JAZZ		
		KICK BOXING <sup>J</sup>		KICK BOXING <sup>J</sup>		
17:30		LOCAL EXPRESS		LOCAL EXPRESS		
18:00	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	JIU JITSU ADULTO	
18:10		AERO DANCE		AERO DANCE		
18:15	KICK BOXING <sup>J</sup>		KICK BOXING <sup>J</sup>			
	SPINNING		SPINNING			
18:30		SPINNING		SPINNING	SPINNING	
		TAE KWONDO JUV.		TAE KWONDO JUV.		
19:00	KRAV MAGÁ	KRAV MAGÁ	KRAV MAGÁ	KRAV MAGÁ		
19:30	MMA JAPONÊS	TAE KWONDO AD.	MMA JAPONÊS	TAE KWONDO AD.	MMA JAPONÊS	
		KARATÊ		KARATÊ	KARATÊ	
		JIU JITSU LIVRE		JIU JITSU LIVRE		
	KICK BOXING <sup>G</sup>		KICK BOXING <sup>G</sup>			
20:00	KRAV MAGÁ	KRAV MAGÁ	KRAV MAGÁ	KRAV MAGÁ		

\* Quadro de horários sujeito a alterações.

Horário de funcionamento da AWB: de 2ª a 6ª-feira de 6h às 22h. Sábado de 8h às 14h.

Contato: (31)3281-2633 / Whatsapp: (31) 97336-8956

[www.academiawb.com.br](http://www.academiawb.com.br) / [academiawb@academiawb.com.br](mailto:academiawb@academiawb.com.br)