

Grade de aula - 2025

HORÁRIOS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
6h - 7h15	Hatha c/ Props (Vinicius Santi)		Hatha c/ Props (Vinicius Santi)				
7h30 - 8h45							
8h - 9h15						Vinyasa (Anita Carvalho)	
8h30 - 9h45		Hatha (Caio Arantes)		Hatha (Caio Arantes)			
10h30 - 11h45	Ashtanga Mysore (Sagar Karahe)		Ashtanga Mysore (Sagar Karahe)			Ashtanga Guiada (Sagar Karahe)	
12h15 - 13h30		Vinyasa (Anita Carvalho)		Vinyasa (Anita Carvalho)			
17h30 - 18h45	Vinyasa (Isabella Leonel)		Vinyasa (Isabella Leonel)				

Observações:

- * Limite de tolerância de 10 minutos
- * Grade sujeita a alteração