

HORA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
10:30					Hip Hop ^I César Nusik Estúdio 3
11:00	Pilates ^{OPEN} Inês Rodrigues Estúdio 3 Clássico ^{II} Andreia Marinho Estúdio 1	Alongamentos ^{OPEN} Andreia Marinho Estúdio 1		Alongamentos ^{OPEN} Victoria Hermes Estúdio 1	
11:30					Commercial ^{OPEN} Margarida Oliveira Estúdio 3
12:00			Pop Dance ^{OPEN} Margarida Oliveira Estúdio 1		
12:15		Pilates ^{OPEN} Inês Rodrigues Estúdio 1			
12:30	Barra de Chão ^{OPEN} Andreia Marinho Estúdio 1				
13:00		Condição Física ^{OPEN} Inês Rodrigues Estúdio 3	Yoga Vinyasa Flow ^{OPEN} Jorge Barros Estúdio 1		
17:30				House ^I Marta Ssull Estúdio 2	Barra de Chão ^{OPEN} Patrícia Góis Estúdio 1
18:00			Lyrical Jazz ^{II} Inês Abraços Estúdio 1		
18:15				Barra de Chão ^{OPEN} Ariel Pezzuol Estúdio 1	
18:30	Barra de Chão ^{OPEN} Alexandra Alho Estúdio 1	Alongamentos ^{OPEN} Andreia Marinho Estúdio 1 Afro House ^{OPEN} Paulo Cruz Estúdio 2	Pop Dance ^{OPEN} Maria Pina Estúdio 3 Alongamentos ^{OPEN} Manuela Linhares Estúdio 4	Whacking ^I Maisie Pepper Estúdio 2 Afro House ^I Karen Kastro Estúdio 3	Broadway ^{II} Patrícia Góis Estúdio 1

HORA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		Commercial II Leonor Neves Estúdio 3			
19:15				Clássico I Ariel Pezzuol Estúdio 1	
19:30	Salsa On 1 I Duarte & Cátia Estúdio 3	High Heels II Leonor Neves Estúdio 2	Bachata I Paulo & Patrícia Estúdio 3	Amapiano I Karen Kastro Estúdio 2	Samba no Pé I Gabriel Silva Estúdio 3
	Clássico II Alexandra Alho Estúdio 1	Street Jazz II Lia Pataca Estúdio 3	Hip Hop I Mafalda Rey Estúdio 4		
		Kizomba I Paulo & Lanna Estúdio 4	Clássico III Manuela Linhares Estúdio 1		
		Contemporâneo I-II Andreia Marinho Estúdio 1			
20:30	Bollywood OPEN Pedro Nascimento Estúdio 2	Semba I Paulo & Lanna Estúdio 4	High Heels I Mafalda Rey Estúdio 2	Contemporâneo II Vítor Afonso Estúdio 1	
	Salsa On 1 II Duarte & Cátia Estúdio 3		Bachata II Paulo & Patrícia Estúdio 3		
21:00	Pontas II Alexandra Alho Estúdio 1				
21:30	Salsa On 1 III Duarte & Cátia Estúdio 3		Bachata III Paulo & Patrícia Estúdio 3		

NÍVEIS

- I

Nível I - INTRO — Aulas de introdução à modalidade para alunos sem experiência (0 a 1 ano)
- II

Nível II - INICIADO — Requer conhecimento básico sobre a modalidade e vocabulário do nível I (1 a 2 anos)
- III

Nível III - INTERMÉDIO — Requer o conhecimento técnico e vocabulário do nível I e II (2 a 3 anos)
- OPEN

Nível ABERTO — Aberto a todos os níveis. Aulas compostas por um nível misto de alunos II, III e IV (não contempla nível I)
- I-II

Nível I-II