

GRADE IMOOGI MAK FITNESS – SISTEMA IMOOGI DE ARTES MARCIAIS						
INÍCIO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
07:00	Nova Turma	KICKBOXING	Nova Turma	KICKBOXING	MUAY THAI	–
08:00	Nova Turma	Nova Turma	Nova Turma	Nova Turma	Nova Turma	–
09:00	Nova Turma		Nova Turma			BOXE
10:00	Nova Turma		Nova Turma			MUAY THAI
11:00	Nova Turma		Nova Turma			
12:00	>> almoço <<	>> almoço <<	>> almoço <<	>> almoço <<	>> almoço <<	
13:00						
14:00	MUAY THAI		MUAY THAI			
15:00	BOXE		BOXE			
16:00	KRAV MAGA	Nova Turma	KRAV MAGA	Nova Turma		
17:00	KRAV MAGA	Nova Turma	KRAV MAGA	Nova Turma	Nova Turma	
17:30	–		–			
18:00	–	M.THAI   BOXE	–	M.THAI   BOXE	Nova Turma	
19:00	KBX   Boxe		KBX   Boxe			
20:00	KRAV MAGA		KRAV MAGA			
20:30						
21:00	HKD TKD KMD		HKD TKD KMD			
21:30						