



**HORÁRIOS DAS AULAS
/CLASS SCHEDULES**

**MARÇO 2023
MARÇO 2023**

SEGUNDA/MONDAY MARÇO 2023

	ESTÚDIO 1	ESTÚDIO 2	ESTÚDIO 3	ESTÚDIO 4	ESTÚDIO 5
09H15		CONDICIONAMENTO FÍSICO NÍVEL ABERTO			
10H00					
12H45		POP DANCE NÍVEL ABERTO			
13H30					
17H30					
18H00					
18H30					
19H00		BALLET SOFIA LOUREIRO			
19H30	BACHATA GUIMA & ANA NÍVEL 0			SALSA LADIES STYLING VANDA GAMEIRO NÍVEL ABERTO	
20H00					
20H30	KIZOMBA FILIPE & ANA NÍVEL 1		ALONGAMENTOS SOFIA LOUREIRO NÍVEL ABERTO	SALSA GUIMA & VANDA NÍVEL 0	
21H00					
21H30	KIZOMBA FILIPE & ANA NÍVEL 0			SALSA GUIMA & VANDA NÍVEL 1	
22H00					
22H30					

TERÇA/TUESDAY MARÇO 2023

	ESTÚDIO 1	ESTÚDIO 2	ESTÚDIO 3	ESTÚDIO 4	ESTÚDIO 5
09H15					
10H00					
12H45					
13H30					
17H30	HIP HOP DOUGIE 13-16 ANOS				
18H00					
18H30	HIP HOP DOUGIE NÍVEL ABERTO				
19H00					
19H30	HOUSE BRUNO ABREU NÍVEL 0	BACHATA LADIES STYLING CATIA ROSA NÍVEL ABERTO	CONDICIONAMENTO FÍSICO LEONOR ALBUQUERQUE NÍVEL ABERTO	SEMBA CAPITÃO & VANDA NÍVEL 1	
20H00					
20H30	SALSA DUARTE & CATIA NÍVEL 1	JAZZ VANDA GAMEIRO NÍVEL 1	HOUSE BRUNO ABREU NÍVEL 1	BACHATA TIAGO & FILIPA NÍVEL 2	
21H00					
21H30	BACHATA TIAGO & FILIPA NÍVEL 1			SALSA DUARTE & CATIA NÍVEL 2	
22H00					
22H30					

QUARTA/WEDNESDAY MARÇO 2023

	ESTÚDIO 1	ESTÚDIO 2	ESTÚDIO 3	ESTÚDIO 4	ESTÚDIO 5
09H15		YOGA FLOW INES AFFLALO NÍVEL ABERTO			
10H00					
12H15		CONDICIONAMENTO FÍSICO NÍVEL ABERTO			
13H00					
17H30					
18H00					
18H30	BALLET ESTER GONÇALVES NÍVEL 0			GIRLIE NELSON STEIN NÍVEL ABERTO	
19H00					
19H30		KIZOMBA ANDRÉ & SUSANA NÍVEL 2	LATIN GROOVE GUIMA NÍVEL ABERTO	HIGH HEELS ANDREIA ANTUNES NÍVEL ABERTO	
20H00	CONTEMPORÂNEO ESTER GONÇALVES NÍVEL 0				
20H30		KIZOMBA ANDRÉ & SUSANA NÍVEL 1	FUNK KAY NÍVEL ABERTO	SALSA GUIMA & ANA NÍVEL 2	
21H00					
21H30				BACHATA GUIMA & ANA NÍVEL 1	
22H00					
22H30					

QUINTA/THURSDAY MARÇO 2023

	ESTÚDIO 1	ESTÚDIO 2	ESTÚDIO 3	ESTÚDIO 4	ESTÚDIO 5
10H00		ALONGAMENTOS NÍVEL ABERTO			
10H45					
12H45		RITMOS LATINOS NÍVEL ABERTO			
13H30					
17H30	POP DANCE PEDRO GOMES NÍVEL ABERTO				
18H00					
18H30		HIP HOP BRUNO ABREU NÍVEL 1	POP DANCE PEDRO GOMES 13-16 ANOS		
19H00	LYRICAL JAZZ VANDA GAMEIRO NÍVEL 2				
19H30		STREET JAZZ RICARDO LIMA NÍVEL 0	KIZOMBA LADIES STYLING ANA CARTAXO NÍVEL ABERTO	BACHATA PEDRO & INÉS NÍVEL 1	
20H00					
20H30	SALSA TIAGO & VANDA NÍVEL 3	JAZZ INÉS GAMEIRO NÍVEL 0	STREET JAZZ RICARDO LIMA NÍVEL 1	BACHATA GUIMA & LEONOR NÍVEL 0	
21H00					
21H30	SALSA PEDRO & VANDA NÍVEL 0	SALSA FOOTWORK TIAGO FERREIRA NÍVEL ABERTO		SALSA RODA CASINO GUIMA & ANA NÍVEL 2	
22H00					
22H30					

SEXTA/FRIDAY

	ESTÚDIO 1	ESTÚDIO 2	ESTÚDIO 3	ESTÚDIO 4	ESTÚDIO 5
17H30	POP DANCE CAROLINA LOPES NÍVEL ABERTO				
18H00					
18H30	DANCE HALL RAQUEL CORREIA NÍVEL ABERTO		BARRA CHÃO LUA CARREIRA NÍVEL ABERTO		
19H00					
19H30	STREET DANCES RAQUEL CORREIA NÍVEL ABERTO	CONTEMPORÂNEO LUA CARREIRA NÍVEL 1			
20H00					
20H30					
21H00					

SÁBADO/SATURDAY

	ESTÚDIO 1	ESTÚDIO 2	ESTÚDIO 3	ESTÚDIO 4	ESTÚDIO 5
09H00					
09H15		DANÇA CRIATIVA SARA FERREIRA 2-4 ANOS			
09H30					
09H45					
10H00	JAZZ INÉS GAMEIRO	DANÇA CRIATIVA SARA FERREIRA 4-6 ANOS	RITMOS LATINOS ANA CARTAXO NÍVEL ABERTO		
10H15					
10H30					
10H45					
11H00	POP DANCE ANA CARTAXO 6-9 ANOS	HIP HOP DOUGIE 8-13 ANOS		BARRA CHÃO ALONGAMENTOS INÉS GAMEIRO NÍVEL ABERTO	
11H15					
11H30					
11H45					
12H00	POP DANCE ANA CARTAXO 10-13 ANOS			HIP HOP DOUGIE NÍVEL ABERTO	
12H15					
12H30					
12H45					
13H00					

KIDS

	ESTÚDIO 1	ESTÚDIO 2	ESTÚDIO 3	ESTÚDIO 4	ESTÚDIO 5
17H30	HIP HOP DOUGIE 13-16 ANOS				TERÇA
18H00					
18H30			POP DANCE PEDRO GOMES 13-16 ANOS		QUINTA
19H00					
19H30					
09H00					
09H15					SÁBADO
09H30		DANÇA CRIATIVA SARA FERREIRA 2-4 ANOS			
09H45					
10H00					
10H15	JAZZ INÉS GAMEIRO	DANÇA CRIATIVA SARA FERREIRA 4-6 ANOS			
10H30					
10H45					
11H00	POP DANCE ANA CARTAXO 6-9 ANOS	HIP HOP DOUGIE 8-13 ANOS			
11H15					
11H30					
11H45					
12H00	POP DANCE ANA CARTAXO 10-13 ANOS				
12H15					
12H30					
12H45					
13H00					