

PREMIUM

KIDS 2x na semana

R\$ 120
Aula extra R\$ 50 /MÊS

BABY 2x na semana R\$ 120
e 3x na semana R\$ 150

Karate Kids R\$ 250
Taekwondo R\$ 200



A **Premium Kids** é perfeita para seus filhos praticarem atividades físicas e recreativas, orientadas por professores especializados. Muitas atividades divertidas, em ambiente adequado ao desenvolvimento infantil.



	2 ^a SEGUNDA	3 ^a TERÇA	4 ^a QUARTA	5 ^a QUINTA	6 ^a SEXTA
08:00 - 8:50	Taekwondo				Taekwondo
09:00 - 9:45	Zumba Kids	Mix Lutas	Zumba Kids	Mix Lutas	
10:00 - 10:45		Mix dança	Funcional Kids	Mix dança	Funcional Kids
11:00 - 12:00	Premium Baby		Premium Baby		Premium Baby
14:00 - 15:00	Premium Baby		Premium Baby		Premium Baby
15:00 - 15:50		Karatê		Karatê	
16:00 - 16:50		Karatê		Karatê	
16:00 - 16:45		Mix dança	Funcional Kids	Mix dança	Funcional Kids
17:00 - 17:45	Zumba Kids	Mix Lutas	Zumba Kids	Mix Lutas	
18:20 - 19:10	Judô				Judô

PREMIUM



SEG A SEX: 5 ÀS 23H
SÁB: 8 ÀS 13H
DOM E FERIADOS: 8 ÀS 12H

RUA JANGADEIROS ALAGOANOS,
1556, PONTA VERDE
TEL: **82 3316 2916**

☎ **82 99922 0027**
CONTATO@PREMIUMFITNESS.COM.BR

WWW.PREMIUMFITNESS.COM.BR

**VOCÊ
SABE A
FORÇA
QUE TEM**



PREMIUM
FITNESS



PORQUÊ DE SER PREMIUM

UM ESPAÇO FITNESS & WELLNESS
COMPLETO E QUE TEM UMA PROPOSTA
DIFERENCIADA, LEVANDO A OUTRO
NÍVEL A COMBINAÇÃO ENTRE
INOVAÇÃO, CONFORTO E ATIVIDADE
FÍSICA PERSONALIZADA.

Somos a academia mais
descolada e moderna de
Alagoas e você é nosso(a)
convidado(a). Venha cuidar da
sua saúde com estilo.
Venha ser **premium!**

Modalidades e treinamentos
diferenciados, para os mais
variados perfis e horários que se
encaixam na sua rotina.

VENHA FAZER PARTE DO MAIS
MODERNO CENTRO DE
CONDICIONAMENTO
FÍSICO DE ALAGOAS.

TAXA DE MATRÍCULA R\$ 50
AVALIAÇÃO R\$ 100

>>

PLANO INDIVIDUAL (TODAS AS MODALIDADES INCLUSAS)

ANUAL
R\$ 150
ISENTO DE MATRÍCULA /MÊS

SEMESTRAL
(isento taxa matrícula)
R\$165,00

MENSAL
R\$200,00

TRIMESTRAL
R\$180,00

>>

GINÁSTICA

	2 ^a SEGUNDA	3 ^a TERÇA	4 ^a QUARTA	5 ^a QUINTA	6 ^a SEXTA
06:00 - 6:50		Pump		Pump	
07:10 - 08:00		Pilates solo		Pilates solo	
08:00 - 08:50	Step + abdômen	Fit Dance	Jump+ abdômen	Zumba	Step + abdômen
09:00 - 09:50	Cross Funcional Premium		Cross Funcional Premium		Cross Funcional Premium
10:10 - 11:00	Zumba	Cross Combat	Zumba	Cross Combat	Fit Dance
16:00 - 16:50		Jump + abdômen	Pilates solo	Step + abdômen	Pilates solo
17:15 - 18:05	Cross Funcional Premium	Fit Dance	Cross Funcional Premium	Zumba	Cross Funcional Premium
18:10 - 19:00	Zumba		Zumba		Fit Dance
19:10 - 20:00	Pump	Estileto	Fit Dance	Estileto	Attack
20:05 - 20:55	Cross Combat	Mix lutas	Cross Combat	Mix lutas	
21:00 - 21:50	Jiu-Jitsu		Jiu-Jitsu		

>>

BIKE INDOOR

	2 ^a SEGUNDA	3 ^a TERÇA	4 ^a QUARTA	5 ^a QUINTA	6 ^a SEXTA
06:00 - 6:50	Bike		Bike		Bike
07:00 - 07:50	Bike		Bike		Bike
07:10 - 08:00		Bike		Bike	
08:10 - 09:00		Bike		Bike	
16:00 - 16:50		Bike		Bike	
17:00 - 17:50	Bike		Bike		Bike
18:00 - 18:50		Bike		Bike	
19:00 - 19:50	Bike		Bike		Bike

MUSCULAÇÃO
BIKE INDOOR
ZUMBA
FIT DANCE
STILETTO
FUNCIONAL
ATTACK
JUMP - STEP - PUMP
LUTAS
DANÇA

MODA LIDA DES

>>

PLANO EXECUTIVO

(SEGUNDA A SEXTA DE 11:00H ÀS 14:30H)

ANUAL
R\$ 120
FINAIS DE SEMANA LIVRES /MÊS