

H O U S E O F M O V E M E N T

CROSSFIT • HYROX • CARDIO & CORE

HORÁRIOS DAS AULAS

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
06:00	CROSSFIT	CROSSFIT	HYROX	CROSSFIT	CROSSFIT
07:00	CROSSFIT	CROSSFIT	HYROX	CROSSFIT	CARDIO & CORE
08:00	CROSSFIT	CARDIO & CORE	HYROX	CROSSFIT	CROSSFIT
12:30	CROSSFIT	CROSSFIT	HYROX	CROSSFIT	CROSSFIT
17:00	CROSSFIT	CROSSFIT	HYROX	CARDIO & CORE	HYROX
18:00	CROSSFIT	GINÁSTICOS	HYROX	CROSSFIT	HYROX
19:00	CROSSFIT	CROSSFIT	HYROX	LPO	HYROX
20:00	CARDIO & CORE	CROSSFIT	HYROX	CROSSFIT	-

■ CROSSFIT ■ HYROX ■ CARDIO & CORE ■ GINÁSTICOS ■ LPO



SÁBADO

08:00 CROSSFIT
09:00 CROSSFIT
10:00 CROSSFIT



DOMINGO

09:00 HYROX
10:30 HYROX



AULAS 50+

09:30

SEG • QUA • SEX



EQUIPE ESPECIALIZADA



METODOLOGIA COMPROVADA



TREINAMENTO COMPLETO



AULAS PARA TODOS OS NÍVEIS



INFRAESTRUTURA PREMIUM



COMUNIDADE ACOLHEDORA



TRANSFORME SEU CORPO. TRANSFORME SUA VIDA.
FAÇA PARTE DA HOUSE OF MOVEMENT.



RUA VIEIRA DE MORAIS, 1008
CAMPO BELO • SÃO PAULO • SP



(11) 5531-4813
(11) 97436-6893