ÉPOCA 2026/2027

Setembro

PISCINA

Hora	Segunda/Quarta/Sexta			Terça/Quinta			Sábado / Domingo			
	Piscina		Tanque	Piscina		Tanque	Piscina		Tanque	
8h15	HidroG	NL	HidroT (2ª/4ª)							
9h00	NA/CR	NL	HidroT	NA/CR	NL	HidroT	NA	CR	AMA	
9h45						HidroT	NA	CR	AMA	
10h30	HidroG	(2ª/6ª) 10h15		HidroG	NL		NA	CR	NATAÇÃO BEBÉS*	
11h15				HidroG	NL		CR	HidroG		
12h00	NA	NL					NA/CR	NL	AMA	
12h45	HidroG	NL								
13h30										
14h15						15h30	Sábado		Domingo	
15h00	HidroG	NL				HidroT	10h30	6/24 m	10h30	6/24 m
15h45							11h00	2/3 a	11h00	2/3 a
16h30	NA/CR	2ª/6ª	AMA (4ª)				11h30	3a	11h30	3a
17h15	HIdroG	CR	AMA	NA	CR	AMA				
18h00	NA	CR	AMA	HidroG	CR	AMA				
18h45	HIdroG	CR	AMA	NA	CR	HidroG				
19h30	NA	CR (4ª/6ª)	AMA (4ª/6ª)	NA	CR	AMA				
20h15				HidroG	NL					

ÁREA SAÚDE

Modalidade	Dias	Horário
Pilates Clinico	2º	18H45
		19h30
	6ª	17h15
	2ª/5ª	12h00
	3ª/5ª	20h15

CARDIO FITNESS E MUSCULAÇÃO

Segunda a Sexta	Sábado/Domingo
8h00/14h00 14h00/21h45	9h00/12h45

Mensalidade Reduzida

Atualizado a 28 agosto de 2026

ARTES MARCIAIS

		Horário	Espaço
Capoeira	+5 anos	2ª – 19h15 Sábado – 11h15	LATI Studio 1º andar
Clube Judo Hajime	5/14 anos	3ª/5ª/6ª – 19h15	Salão

AULAS DE GRUPO KIDS

		Horário	Espaço
Dança Criativa	3/6 anos	5ª - 17h15	LATI STUDIO
BALLET	+3 anos	3º - 17h15	
	+6 anos (2X)	3ª/5ª - 18h00	
KPOP	6/11 anos	3ª ou 5ª - 18h45	
	+12 anos	3ª ou 5ª - 19h30	

NOISY CREW

		Horário	Espaço
NOISY CREW	NOISY KIDS 7/8	4ª/6ª – 17h45	LATI STUDIO
	NOISY JUNIOR 9/11	4ª/6ª – 18h30	
	NOISY TEEN 12/14	4ª/6ª – 19h15	
	NOISY YOUTHS 15/16	4ª/6ª – 20h00	
	NOISY SENIORS 17/18	4ª/6ª – 20h45	

AULAS DE GRUPO

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
8h30		PILATES		PILATES			
9h15	PILATES	LATI FIT+	LATI FIT+	LATI FIT+	PILATES	LATI BARRAS* (9h30)	
10h15			PILATES 10h00			LATI B&M	YOGA
11h15	PILATES				PILATES		
18h00	PILATES	LATI BARRAS*	LOCAL	LATI BARRAS*	LOCAL		
18h30			CYCLING*		CYCLING*		
18h45	CYCLING*	STEP 30' *	LATI BALL*	STEP 30' *	STRETCHING		
19H00	ZUMBA	CYCLING*		CYCLING*			
19h15		TREINO TOTAL	ZUMBA 19h30	TREINO TOTAL			

*Marcação Obrigatória

Mensalidade Reduzida