

Março / March 2020

PROGRAMA DE ATIVIDADES
LEISURE PROGRAMME

HEALTH
CLUB



	SEGUNDA MONDAY	TERÇA TUESDAY	QUARTA WEDNESDAY	QUINTA THURSDAY	SEXTA FRIDAY	SÁBADO SATURDAY	DOMINGO SUNDAY
09h15	Hatha Yoga*						
10h00 * GYM *	Fitball	Cross Training	Core Training	Cross Training	Go & Be Fit		
11h00	Yin Yoga*				Gentle Hatha Yoga*		
11h15	AquaFit	Pilates	AquaFit	Pilates	AquaFit	Pilates	AquaFit
12h15						Stretching	
15h00			Pilates				

As aulas estão limitadas a um número máximo de pessoas. Marque a sua aula com antecedência. As aulas poderão sofrer alterações sem aviso prévio.
Classes are limited to a maximum number of people. Book your class in advance. Classes can be changed without prior notice.

Preçário para hóspedes | Price list for guests

* Yoga – 12.50 € / pax | AquaFit – gratuito / free | Restantes aulas / Remaining classes – 5 € / pax