



AULAS DE FITNESS | *Fitness Classes*

DIA <i>Day</i>	AULA <i>Class</i>	HORA <i>Time</i>	DURAÇÃO <i>Duration</i>
SEGUNDA-FEIRA <i>Monday</i>	CIRCUIT MIX	12h00	45 minutos <i>45 minutes</i>
TERÇA-FEIRA <i>Tuesday</i>	MAT PILATES	12h00	45 minutos <i>45 minutes</i>
QUARTA-FEIRA <i>Wednesday</i>	CIRCUIT MIX	12h00	45 minutos <i>45 minutes</i>
QUINTA-FEIRA <i>Thursday</i>	FITBALL PILATES	12h00	45 minutos <i>45 minutes</i>
SEXTA-FEIRA <i>Friday</i>	CIRCUIT MIX	12h00	45 minutos <i>45 minutes</i>

Preço por aula: membros 10€, hóspedes 12€ | *Price per class: members 10€, guests 12€*

O horário está sujeito a alterações. Por favor confirme com o instrutor ou recepção (mín. 2 pessoas). Todas as aulas devem ser reservadas com 24h de antecedência, indique o seu contacto e nº de Vila. As aulas tem lugar no exterior com o ponto de encontro na receção.

Schedule is subject to change. Please check with instructor or reception (min. 2 persons). All classes must be booked 24h in advance, please give your contact and Villa details. Classes take place outdoors with meeting point at reception.

Ginásio encerrado | *Gym closed*

PT disponível entre as 07h45-12h45 & 14h00-17h | *PT on-site between 07:45am-12:45am & 2pm-5pm*

Ext. 348 | personaltrainer@fourseasonsfairways.com

