

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>	PILATES	16h00 <i>4pm</i>	45 minutos <i>45 minutes</i>
TERÇA-FEIRA <i>TUESDAY</i>	CIRCUITO MIX AQUAFIT	08h00 <i>8am</i> 11h00 <i>11am</i>	45 minutos <i>45 minutes</i>
QUARTA-FEIRA <i>WEDNESDAY</i>	ALONGAMENTOS <i>STRETCHING</i>	16h00 <i>4pm</i>	45 minutos <i>45 minutes</i>
QUINTA-FEIRA <i>THURSDAY</i>	CIRCUITO MIX AQUAFIT	08h00 <i>8am</i> 11h00 <i>11am</i>	45 minutos <i>45 minutes</i>
SEXTA-FEIRA <i>FRIDAY</i>	PILATES	16h00 <i>4pm</i>	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. Todas as aulas devem ser reservadas, indique o seu contacto e nº de Vila. A não comparência está sujeita ao débito de 50% do valor da aula. | *Schedule is subject to change. Please check with instructor or reception. All classes must be booked, please give your contact and Villa details. No show incurs a 50% charge.*

Ginásio aberto das 08h00 às 21h00 | *Gym is open from 8am to 9pm*

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

Ext. 348 | personaltrainer@fourseasonsfairways.com