

AULAS DE FITNESS

Fitness Classes

DIA Day	AULA Class	HORA Time	DURAÇÃO Duration
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 8€, hóspedes 10€ | Price per class: members 8€, guests 10€

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

Contact instructor on the extension 348
 personaltrainer@fourseasonsfairways.com