

# AULAS DE GRUPO GROUP CLASSES

| HORÁRIO<br>TIME TABLE | SEGUNDA<br>MONDAY        | TERÇA<br>TUESDAY       | QUARTA<br>WEDNESDAY      | QUINTA<br>THURSDAY            | SEXTA<br>FRIDAY        |
|-----------------------|--------------------------|------------------------|--------------------------|-------------------------------|------------------------|
| 09:00                 | –                        | –                      | –                        | –                             | <b>AQUAFIT<br/>45'</b> |
| 10:00                 | –                        | –                      | <b>PILATES<br/>45'</b>   | –                             | –                      |
| 11:00                 | <b>YOGA<br/>45'</b>      | –                      | –                        | –                             | –                      |
| 18:30                 | –                        | <b>AQUAFIT<br/>45'</b> | –                        | –                             | <b>ZUMBA<br/>45'</b>   |
| 18:45                 | <b>TOTAL FIT<br/>45'</b> | –                      | <b>TOTAL FIT<br/>45'</b> | <b>MIND&amp; BODY<br/>45'</b> | –                      |

- Todas as aulas de grupo só se realizarão com um mínimo de 2 pessoas por aula.
- A sua presença é assegurada pela inscrição no dia anterior.
- Capacidade máxima da sala - 10 pessoas.
- Capacidade Máxima da piscina interior - 15 pessoas.
- Nos feriados não se realizarão as aulas de grupo.
- Aulas de Grupo sujeitas a alterações sem aviso prévio.

- All group classes will only take place with a minimum of 2 people per class.
- Your participation is guaranteed by registering the day before.
- Maximum room capacity - 10 people.
- Maximum indoor pool capacity - 15 people.
- Group classes will not be held on public holidays.
- Group classes are subject to change without prior notice.

**TODOS OS DIAS | EVERY DAY**  
8:00 – 20:00