

horário de aulas every.body Hotel 2017

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado	Domingo
circuito 9h30	localizada André Mira 7h30	circuito 9h30	cycle David Palmeiro 7h30	circuito 9h00	pilates Linda Caeiro 10h00	localizada Patrícia Correia 10h00
hidroginástica Margarida Coelho 10h30	abdominais 9h30	pilates Fábio Bazílio 10h00	abdominais 9h30	hidroginástica Elisabete Lúcio 10h30	ténis em família 10h00	circuito 10h30
pilates Fábio Bazílio 11h30	correção postural Pedro Pinheiro 10h30	hidroginástica Patrícia Correia 11h15	yoga Iolanda Charrua 10h30	abdominais 10h30	golfe em família 10h30	alongamentos Patrícia Correia 11h00
abdominais 11h30	hidroginástica Pedro Arvelos 11h15	abdominais 11h30	hidroginástica Pedro Arvelos 11h15	pilates Linda Caeiro 11h30	abdominais 10h30	hidroginástica Patrícia Correia 12h00
cycle express Carlos Clemente 12h15	circuito 12h00	core training express Elisabete Lúcio 13h00	circuito 11h30	cycle express David Palmeiro 12h15	cycle David Palmeiro 11h00	abdominais 13h00
localizada David Palmeiro 12h45	localizada Elisabete Lúcio 12h15	circuito 15h30	power jump Patrícia Correia 12h15	localizada Elisabete Lúcio 12h45	localizada David Palmeiro 11h45	circuito 16h00
	body attack express Elisabete Lúcio 13h00		glúteos fit express Elisabete Lúcio 13h00		circuito 12h00	abdominais 17h00
			abdominais 15h30			
localizada Rudy Pisco 18h00	hiit Elisabete Lúcio 18h15	power jump Ana Pechincha 18h00	cycle express João Amaro 18h00	circuito 17h30	localizada Pedro Pinheiro 16h15	
yoga Iolanda Charrua 18h00	pilates Pedro Pinheiro 18h30	localizada Elisabete Lúcio 18h15	localizada Elisabete Lúcio 18h15	fit n'golf José Carretero 18h00	abdominais 16h30	
power jump Rudy Pisco 18h45	abdominais 18h45	hidroginástica Margarida Coelho 18h30	pilates Fábio Bazílio 18h30	body pump Elisabete Lúcio 18h15	hidroginástica Pedro Pinheiro 17h15	
zumba Linda Caeiro 18h45	body attack Elisabete Lúcio 19h00	zumba Linda Caeiro 18h45	circuito 18h30	cycle Pedro Arvelos 18h30	circuito 17h30	
hidroginástica Pedro Pinheiro 18h45	localizada David Palmeiro 19h15	cycle Elisabete Lúcio 19h05	body pump Elisabete Lúcio 19h00	hidroginástica Pedro Pinheiro 18h45		
abdominais 19h00	circuito 19h30	hidroterapia Carla Tragedo 19h15	tai chi / chi kung Fábio Bazílio 19h15	abdominais 19h00		
hidroterapia Carla Tragedo 19h30	hidroginástica Pedro Arvelos 19h30	abdominais 19h15	hidroginástica Pedro Arvelos 19h30	body attack Elisabete Lúcio 19h15		
body pump David Palmeiro 19h30	cycle David Palmeiro 20h15	pilates Fábio Bazílio 19h30	cycle Ana Pechincha 20h15	glúteos fit express Pedro Arvelos 19h20		
cycle Rudy Pisco 19h35		yoga Fábio Bazílio 20h15		yoga Iolanda Charrua 20h00		
circuito 20h30						

- driving range
- campo de ténis
- jardins Évora Hotel
- estúdio 1
- estúdio 2
- piscina
- sala de exercício

Notas:
Este horário pode sofrer alterações sem que seja necessário aviso prévio.

Sócios com cartão premium têm oferta das atividades em família: piscina, golfe e