

horário de aulas every.body Hotel 2018

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 clínico Pedro Madeira 10h00	localizada Patrícia Correia 10h00
hidroginástica Maria Paulo 10h30	abdominais 9h30	pilates clínico Fábio Bazílio 10h00	abdominais 9h30	hidroginástica Elisabete Lúcio 10h30	ténis em família 10h00	circuito 10h30
pilates clínico Fábio Bazílio 11h30	correção postural Pedro Pinheiro 10h30	hidroginástica Patrícia Correia 11h15	yoga Iolanda Charrua 10h30	abdominais 10h30	abdominais 10h30	alongamentos Patrícia Correia 11h00
abdominais 11h30	hidroginástica Pedro Arvelos 11h15	cycle express Patrícia Correia 12h15	hidroginástica Pedro Arvelos 11h15	pilates clínico Maria Paulo 11h30	cycle David Palmeiro 11h00	kickboxing Jorge Laibaças 11h15
localizada David Palmeiro 12h45	circuito 12h00	abdominais 12h30	circuito 11h30	cycle express David Palmeiro 12h15	localizada David Palmeiro 11h45	hidroginástica Patrícia Correia 12h00
	localizada Elisabete Lúcio 12h15	body pump Elisabete Lúcio 12h45	power jump Patrícia Correia 12h15	localizada Elisabete Lúcio 12h45	circuito 12h00	abdominais 13h00
	body attack express Elisabete Lúcio 13h00		glúteos fit express Elisabete Lúcio 13h00			
localizada Rudy Pisco 18h00	hiit Beatriz Félix 18h15	cycle express João Amaro 18h00	abdominais 15h30	circuito 17h30	abdominais 16h30	circuito 16h00
yoga Iolanda Charrua 18h00	pilates clínico Pedro Madeira 18h30	localizada Elisabete Lúcio 18h15	cycle express João Amaro 18h00	body pump Elisabete Lúcio 18h15	hidroginástica Pedro Pinheiro 17h15	abdominais 17h00
power jump Rudy Pisco 18h45	abdominais 18h45	hidroginástica Margarida Coelho 18h30	localizada Elisabete Lúcio 18h15	cycle Pedro Arvelos 18h30	circuito 17h30	
zumba Maria Paulo 18h45	body attack Elisabete Lúcio 19h00	zumba Maria Paulo 18h30	pilates clínico Fábio Bazílio 18h30	hidroginástica Pedro Pinheiro 18h45		
hidroginástica Pedro Pinheiro 18h45	localizada David Palmeiro 19h15	abdominais 18h35	circuito 18h30	abdominais 19h00		
abdominais 19h00	hidroginástica Pedro Arvelos 19h30	cycle Elisabete Lúcio 19h15	body pump Elisabete Lúcio 19h00	body attack Elisabete Lúcio 19h15		
hidroterapia Carla Tragedo 19h30	cycle David Palmeiro 20h05	hidroterapia Carla Tragedo 19h15	tai chi / chi kung Fábio Bazílio 19h15	glúteos fit express Pedro Arvelos 19h20		
body pump David Palmeiro 19h30		abdominais 19h15	eb run express Raquel Cabaço 19h15	yoga Iolanda Charrua 20h00		
cycle Rudy Pisco 19h35		pilates clínico Fábio Bazílio 19h30	hidroginástica Pedro Arvelos 19h30			
circuito 20h30		yoga Fábio Bazílio 20h15	cycle David Palmeiro 20h05			

- 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