

# 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