



DEZEMBRO | *DECEMBER*

# Aulas de Grupo Semanais

*Group Classes Program*

Segunda-feira | *Monday*

09:00 - 09:50

**ACTIVE CYCLING**

Força e Cardio

*Strenght & Cardio*

📍 **Studio Active**

**15€**

10:00 - 10:50

**PILATES**

Tonificação | *Tone*

📍 **Studio Active**

**15€**

## Terça-feira | *Tuesday*

09:00 - 09:50

### ACTIVE CYCLING

Força e Cardio

*Strenght & Cardio*

📍 *Studio Active*

15€

10:00 - 10:50

### PILATES

Tonificação | *Tone*

📍 *Studio Active*

15€

11:15 - 11:45

### TREINO EM SUSPENSÃO

### *SUSPENSION TRAINING*

Força e Cardio

*Strenght & Cardio*

📍 *Studio Active*

12€

## Quarta-feira | *Wednesday*

09:00 - 09:50

### ACTIVE CYCLING

Força e Cardio

*Strenght & Cardio*

📍 *Studio Active*

15€

10:00 - 10:50

### PILATES

Tonificação | *Tone*

📍 *Studio Active*

15€

## Quinta-feira | *Thursday*

09:00 - 09:50

### BOOT CAMP\*

Força e Cardio

*Strenght & Cardio*

📍 *Studio Active*

15€

10:00 - 10:50

### PILATES

Tonificação | *Tone*

📍 *Studio Active*

15€

11:15 - 11:45

### BOXING CIRCUIT

Força e Cardio

*Strenght & Cardio*

📍 *Studio Active*

12€

## Sexta-feira | *Friday*

09:00 - 09:50

### ACTIVE CYCLING

Força e Cardio  
*Strenght & Cardio*

📍 **Studio Active**

**15€**

10:00 - 10:50

### PILATES

Tonificação | *Tone*

📍 **Studio Active**

**15€**

# RESERVE JÁ BOOK NOW

\*As atividades ao ar livre estão sujeitas às condições meteorológicas

*\*These activities are outdoor and are subject to weather conditions.*

---

É necessário pré-reserva até às 19h do dia anterior.

*Mais informações e reservas através da Ext. 3033.*

*Pre-booking is required until 7pm the day before. More info & bookings through Ext. 3033.*

---

Politica de cancelamento:

Em caso de não comparência ou cancelamento inferior a 12 horas reservamo-nos o direito de cobrar 100% do valor do serviço.

Todos os preços em Euros (€). Os peços podem ser alterados sem aviso prévio. IVA incluído à taxa legal em vigor.

*Cancellationn Policy:*

*In case of non-attendance or cancellation in advance equal our less than 12 hours we reserve the right to charge 100% of the service value.*

*All prices in Euros (€). Rate may be amended without prior notice. VAT included at legal rates applied.*