BE FIT AWAY

23 DE NOVEMBRO A 6 DE DEZEMBRO / *NOVEMBER 23 TO DECEMBER 6*

	9:30	11:30	16:30
TERÇA-FEIRA ***TUESDAY***	Serenity Seekers Yoga		
QUARTA-FEIRA ***WEDNESDAY***		Express ABS	Power & Movement Functional Training
QUINTA-FEIRA ***THURSDAY***	Serenity Flow Stretching	Rep Nation Tabata	
SEXTA-FEIRA ***FRIDAY***		Power & Movement Functional Training	Mini Bootcamp
SÁBADO ***SATURDAY***	Serenity Seekers Yoga	Express Cardio	Unwind Walk Cliff Walk

CONDIÇÕES:
- As aulas são realizadas no exterior e estão sujeitas às condições meteorológicas. Em caso de condições atmosféricas adversas, a aula será cancelada.
- Todas as aulas são gratuitas para clientes do hotel, proprietários das residências e membros do ginásio, exceto as aulas de Yoga, que têm um custo de 10€ por pessoa. Para clientes externos, o preço de cada aula é de 12€ por pessoa.
- A inscrição é obrigatória até 30 minutos antes do início da aula. Caso não haja inscrições até esse prazo, a aula será cancelada.
- Aplica-se uma política de cancelamento com 24 horas de antecedência.
- Todas as aulas são ajustadas ao nível dos participantes.
- Cada aula tem a duração de 45 minutos, exceto as aulas Express ABS e Express Cardio, que têm a duração de 30 minutos.
- A idade mínima para as aulas de fitness é de 16 anos, com a presença de um adulto.
- Por favor, chegue ao local da aula com pelo menos 10 minutos de antecedência.
- O ponto de encontro é no FIT Terrace ou nos Courts, consoante a atividade.
- As atividades para crianças destinam-se a participantes com idades entre os 5 e os 13 anos.
- Não é exigido um número mínimo de participantes.

CONDITIONS:
- *Classes take place outdoors and are subject to weather conditions. In the event of adverse weather conditions, the class will be cancelled.*
- *All classes are complimentary for hotel guests, residence owners and gym members, except Yoga classes, which are charged at €10 per person. For external guests, the price is €12 per person.*
- *Registration is required up to 30 minutes before the class starts. If there are no registrations by this time, the class will be cancelled.*
- *A 24-hour cancellation policy applies.*
- *All classes are adapted to the participant's level.*
- *Each class lasts 45 minutes, except Express ABS and Express Cardio, which last 30 minutes.*
- *The minimum age for fitness classes is 16 years old, with an accompanying adult.*
- *Please arrive at the class location at least 10 minutes in advance.*
- *The meeting point is at the FIT Terrace or the Courts, depending on the activity.*
- *Children's activities are available for children aged 5 to 13 years old.*
- *There is no minimum number of participants required.*

