

2ª FEIRA MONDAY	3ª FEIRA TUESDAY	4ª FEIRA WEDNESDAY	5ª FEIRA THURSDAY	6ª FEIRA FRIDAY	SÁBADO SATURDAY	DOMINGO SUNDAY
10:00-10:30 * HIIT	10:00-10:45 * STRETCHING	10:00 -10:45 * WALK	09:30-10:15 YOGA	10:00-10:45 * POWER HIKE	10:00-10:45 * BURN IT	10:00-10:45 * STRETCHING
			10:30-11:15 TIBETAN BOWLS			
					15:00-15:45 YOGA	
16:00-16:45 YOGA	16:00-16:45 * SHAPE IT	16:00-16:45 PILATES		16:00-16:45 PILATES	16:00-16:45 TIBETAN BOWLS	16:00-16:45 * WALK
17:00-17:45 * POWER HIKE	17:00-17:45 * AQUA PILATES	17:00-17:45 * FITBALL	17:00-17:45 * AQUA BOOST	17:00-17:45 * HIIT		17:00-17:45 * AQUA TONNING

PREÇO / PRICE (A la carte) - 1 Sessão / 1 Class: 30 Euros

**Circuito Slim / Slim Circuit*

Idade mínima: 18 anos.

Ponto de encontro: Vilalara Longevity Thalassa & Medical Spa.

Todas as atividades são sujeitas a alterações sem aviso prévio.

Para garantir a sua participação sugerimos que reserve antecipadamente.

Em caso de não comparecimento, será debitado o valor total da atividade.

Minimum age: 18 years old.

Meeting point: Vilalara Longevity Thalassa & Medical Spa

All activities are subject to change without notice.

To guarantee your participation we advise you to book in advance.

In case of no-show, the total price of the activity will be charged.