

# Horário | Schedule

## Aulas de Grupo | Fitness Classes

2ª Feira   Monday				3ª Feira   Tuesday				4ª Feira   Wednesday			
10:30h	CAMINHADA (Group Walking)	Exterior (Outdoor)	60 min	10:30h	PILATES	Jardim do hotel (Hotel's garden)	45 min	10:30h	CIRCUIT TRAINING	Ginásio (Gym)	45 min
18:00h	CIRCUIT TRAINING	Ginásio (Gym)	45 min	-	-	-	-	-	-	-	-
5ª Feira   Thursday				6ª Feira   Friday				Sábado   Saturday			
-	-	-	-	10:30h	MOBILITY & STRETCHING	Jardim do hotel (Hotel's garden)	45 min	10:00h	YOGA	Jardim do hotel (Hotel's garden)	60 min
18:00h	CIRCUIT TRAINING	Ginásio (Gym)	45 min	-	-	-	-	-	-	-	-



- As aulas de grupo necessitam de **RESERVA com um mínimo de 24 horas de antecedência**, podendo faze-lo diretamente na recepção do Bricia Gym, ligando através do (+351) 282 144 250 ou por email [gym@briciadumar.com](mailto:gym@briciadumar.com)
- A falta de comparência sem aviso prévio ou aviso tardio reserva ao Bricia Health & Wellness Gym, o direito de não aceitar reservas futuras.
- Limite máximo: 12 Pessoas.
- Possíveis alterações sem aviso prévio.
- Fitness classes need to be **BOOKED 24 hours before**. You can do it directly at the Bricia Gym reception, calling (+351) 282 144 250 or sending email to [gym@briciadumar.com](mailto:gym@briciadumar.com)
- If you miss class without prior notice, you give the Bricia Health & Wellness Gym the right to reject future bookings.
- Maximum limit: 12 people.
- It can be changed without notice.