

The PR1ME
Energize

Monte
Gordo

1—e

CALENDÁRIO DE ATIVIDADES ACTIVITY CALENDAR



Segunda
Monday

Terça
Tuesday

Quarta
Wednesday

Quinta
Thursday

Sexta
Friday

Sábado
Saturday

Domingo
Sunday

9.30h
(45 min)

11.30h
(45 min)

9.30h
(1h)

9.30h
(1h)

9.30h
(30 min)

9.30h
(1h)

9h
(1h)

Stretching

Hidroginástica
Hydrogymnastic

Pilates

Caminhada
Walking

Localizada
Specific Training

Corrida
Running

Yoga

@ Energize Gym

@ Energize SPA

@ Energize Gym

@ Outdoors

@ Energize Gym

@ Outdoors

@ Energize Gym
Rooftop

Estas atividades são gratuitas para os nossos hóspedes e têm um limite máximo de participantes. NOTA: Sujeito a pré-reserva, até às 21:00 do dia anterior. Reservamo-nos o direito de não realizar a atividade caso não haja marcações.

These activities are free for our guests. and have a maximum limit of participants. NOTE: Subject to pre-reservation, until 9 pm the previous day. We reserve the right not to do the activity if there are no reservations.