

# Fitness Weekend

12 - 13. Abril 2008

Se és adepto do fitness, das actividades ligadas à saúde e se gostas de dançar e de te divertires então não podes perder esta oportunidade. Dois dias de masterclass cheias de ritmo e muito divertimento à mistura e workshops, sobre os mais variados temas. Não percas!



## Programa do Fitness Weekend:

- Master Classes
  - Hip-Hop
  - Hidrofit
  - Latin Power
  - Ritmos
  - Step
  - Pilates
  - Yoga
  - Tai-chi
  - Ginástica Localizada
- Workshops
  - Salsa
  - Kizomba
  - Ladie's Styling
  - Men's Styling
  - Sanças Orientais
  - Nutrição e alimentação saudável
- Feira de bens e serviços;
- Actividades sociais e
- Festa Final

Brevemente estará disponível o mapa de aulas do "Fitness Weekend" em [www.gympor.com](http://www.gympor.com).

**Fica atento...**

**[www.gympor.com](http://www.gympor.com)**

## Alojamento

Os participantes terão o seu alojamento em hotéis de 3 e 4 estrelas.

O alojamento tem como referência quartos duplos. Poderão existir outras tipologias (apartamentos) pelo que se deverá informar junto da organização.



## Transportes

Cada participante é responsável pela sua viagem. Os participantes que queiram viajar para o Algarve na Caravana do Fitness deverão consultar as informações no site da Federação (brevemente disponível em [www.gympor.com](http://www.gympor.com)).

Os transportes entre hotéis e locais de actividade estão incluídos no fee de participante do **Fitness Weekend**.

## Preços

3 noites	Hotéis	Preço	Suplemento Single / noite	Noite Extra
	<b>Fee sem alojamento</b>	<b>€ 30,00</b>	-	-
<b>Fee + Alojamento</b>	3 ★★★	<b>€ 72,00</b>	€ 15,00	€ 22,00
	4 ★★★★★	<b>€ 80,00</b>	€ 15,00	€ 25,00
	4 ★★★★★ sup.	<b>€ 95,00</b>	€ 20,00	€ 29,00
Masters Hidro (2 dias)		€ 35,00		
Workshops (cada)		€ 10,00		

Atenção: As reservas serão ordenadas pela data de chegada e estão condicionadas pela disponibilidade de alojamento.

**Aproveita já estes preços e passa um fim-de-semana em GRANDE!!**