



CONRAD SPA
ALGARVE

Fitness Classes Schedule / Horário Aulas de Grupo

CONRAD SPA
ALGARVE

Janeiro 2026 | January 2026

MONDAY SEGUNDA	TUESDAY TERÇA	WEDNESDAY QUARTA	THURSDAY QUINTA	FRIDAY SEXTA	SATURDAY SÁBADO	SUNDAY DOMINGO
Pilates (Rita) 09:30 – 10:30 Tempo Lounge		Pilates (Rita) 09:00 – 10:00 Tempo Lounge		Pilates (Rita) 09:00 – 10:00 Tempo Lounge		Vinyasa Yoga (Lulu/Rola) <i>Connecting with Surya</i> 09:30 – 10:30 Tempo Lounge
	Aqua Fitness (Marco) 10:30 – 11:30	Pilates (Rita) 10:15 – 11:15 Tempo Lounge		Pilates (Rita) 10:15 – 11:15 Tempo Lounge		Yoga (Lulu/Rola) <i>Yin Restorative + Fascia Release</i> 11:00 – 12:00 Tempo Lounge
				Aqua Fitness (Marco) 10:30 – 11:30		

Please be advised that on the 06th of January 2026, the Aqua Fitness class will be held at the Conrad Spa's Infinity Pool (Outdoor Pool), and that Aqua Fitness classes will not be available on the 27th and 30th of January 2026.

Classes are 18€ per session. You can purchase 10 classes for €160.

Reserve with a minimum of 24 hours in advance contacting +351 289 350 831 or ConradAlgarve.SPA@conradhotels.com

Maximum capacity: 10 people. Required to bring your own mat. We reserve the right to not accept future reservations after two no shows without previous cancellations and/or late cancellations. 24h Cancellation policy applies.

As aulas têm o custo de 18€ por sessão. Pode comprar 10 aulas por 160€.

Reserve com um mínimo de 24 horas antes do início das aulas, através do +351 289 350 831 ou ConradAlgarve.SPA@conradhotels.com

Capacidade máxima: 10 pessoas. Necessário trazer o seu próprio colchão. Reservamos o direito de não aceitar reservas futuras após duas não comparências sem cancelamento prévio ou tardio. Política de cancelamento de 24h.

CONRAD® SPA

ALGARVE

Estrada da Quinta do Lago, 8135-106 Almancil, Algarve, Portugal.

T +351 289 350 831 ConradAlgarve.SPA@conradhotels.com | www.conradalgarve.com