



# Utilização do Ginásio

## Use of the Gym

Por forma a assegurar o bom funcionamento, pedimos que todos os hóspedes cumpram as seguintes normas de utilização do ginásio do hotel:

*In order to ensure proper functioning, please kindly follow the rules below when using the hotel's gym:*

- Lotação máxima de 2 pessoas nas instalações, de forma a assegurar o distanciamento de segurança;
  - Limite máximo de utilização de 1 hora;
  - Uso obrigatório de toalha pessoal;
  - A utilização do ginásio requer marcação prévia. Por favor contacte a receção.
- *Maximum capacity of 2 people on the gym, in order to ensure the safety distance;*
  - *Maximum usage of 1 hour;*
  - *Use of personal towel is mandatory;*
  - *The use of gym requires a prior booking. Please contact the reception.*

+ Info e Reservas: Na Recepção  
+ *Info & Reservations: At Reception*

### HORÁRIO:

Das 08:00 às 20:00



### SCHEDULE:

From 08 am to 08 pm



The  
**Albatroz**  
Hotel  
★★★★★

# Equipamento Ginásio

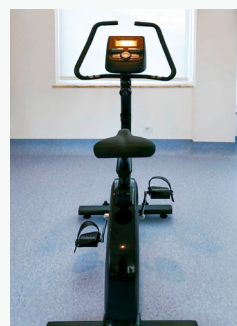
## Gym Equipment



**Passadeira Technogym "Excite" 600**  
Technogym Treadmill "Excite" 600



**Elíptica Technogym "Excite" 1000**  
Technogym Elliptical "Excite" 1000



**Bicicleta Estática "Tunturi"**  
Stationary bike "Tunturi"



**Pesos Livres**  
Dumb Bell Set



**Banco De Exercício**  
Exercise Bench



**Bola De Pilates**  
Pilates Wellness Ball



**Parede De Exercício Technogym Kinesis "Vision"**  
Technogym Kinesis "Vision" Exercise Wall



**Cordas De Treino Suspenso "Trx"**  
"Trx" Suspension Training Chords



**Tapetes De Exercício**  
Fitness Mats