

Porto. A Boavista já tem um Fitness Hut

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 03/09/2018

Meio: MAGG Online

URL: <https://magg.pt/2018/09/03/ginasios-a-boavista-no-porto-ja-tem-um-fitness-hut/>

3/9/2018, 17:15

A cadeia de ginásios low cost continua a crescer. Estão planeadas mais seis aberturas, repartidas entre 2018 e o primeiro trimestre de 2019.

Quem já treina em ginásios Fitness Hut, conhece o modelo. Salas de ginásio grandes, estúdios para aulas de grupo, algumas dadas por uma projeção em vídeo, outras por instrutores de carne e osso. Há rede wi-fi em todo o lado e as máquinas necessárias para treinar os músculos e queimar calorias.

Depois dos clubes da Trindade e das Antas, o Porto recebe mais um Fitness Hut, agora no segundo piso do Shopping Cidade do Porto, junto à rotunda da Boavista. Inaugurado esta segunda-feira, 3 de setembro, tem 1.250 metros quadrados, repartidos por uma sala de ginásio com 500 metros quadrados. É aqui que se encontram as passadeiras, elípticas, remos ou bicicletas ou máquinas de musculação ou ainda as zonas dedicadas ao treino funcional, ao combate, pista de sprint e espaço para alongamentos.

Quer inscrever-se no ginásio? Reunimos mensalidades para todo o tipo de bolso

As aulas de grupo decorrem em salas fechadas ou em open space. No novo espaço da cadeia low cost há três estúdios, um deles dedicado às aulas de spinning (em bicicletas) e outro aberto, com relvado sintético.

No mapa de aulas estão disponíveis várias modalidades em modo presencial ou virtual: as da marca Les Mills, como body pump, body attack ou body step; as da marca Fitness Hut, como cross moves, pilates moves, toga moves ou hut runners; e ainda spinning, 3B (para trabalho de glúteos e pernas) ou zumba.

A mensalidade na cadeia Fitness Hut custa a partir de 5,5EUR por semana.

Vítor Duarte

A todos os sócios, a cadeia oferece uma consulta de nutrição de dois em dois meses, em clínicas parceiras - no caso deste clube, a BodyConcept Marquês. Além disso, todos têm acesso a duas aplicações: à myHUT, que permite fazer a marcação quer das sessões com o nutricionista, quer das aulas de grupo; e ao HUT Training, a app que permite completar e diversificar os treinos ao disponibilizar mais de 1.500 exercícios. O acompanhamento com personal trainer é um serviço premium, pago à parte.

Morada: Rua de Gonçalo Sampaio, 350, 4150-365, Porto

Horário: 7h-23h; 9h-21h aos sábados; 9h-18h domingos e feriados

Todos os ginásios estão equipados com balneários e estacionamento. Depois do ginásio no Shopping

Cidade do Porto, entre 2018 e o início de 2019, vão abrir mais seis espaços da marca: Leiria, São Domingos de Rana, Barreiro, Viseu, Guimarães e Bobadela. Neste momento, a cadeia tem já um total de 31 ginásios a funcionar.

A mensalidade tem preços a partir de 5,50EUR por semana.

Continuar a ler

[Additional Text]:

A mensalidade na cadeia Fitness Hut custa a partir de 5,5EUR por semana.

A sala de ginásio tem 500 metros quadrados e está dividida por sete zonas de treino.

Além da musculação e do cardio, há espaço para treino funcional.

Há zona para alongamentos, uma pista de sprint, zona para treino funcional, de combate e alongamentos.

E há material necessário para treinar fora das máquinas.

Tem três estúdios para aulas de grupo, um deles dedicado às aulas de spinning.

A mensalidade na cadeia Fitness Hut custa a partir de 5,5EUR por semana.

A sala de ginásio tem 500 metros quadrados e está dividida por sete zonas de treino.

Além da musculação e do cardio, há espaço para treino funcional.

Há zona para alongamentos, uma pista de sprint, zona para treino funcional, de combate e alongamentos.

E há material necessário para treinar fora das máquinas.

Tem três estúdios para aulas de grupo, um deles dedicado às aulas de spinning.