

Guimarães já tem um ginásio low cost com preços desde 5,50EUR

Tipo Meio:	Internet	Data Publicação:	19/12/2018
Meio:	NiT New in Town Online	Autores:	Andreia Guerreiro

URL: <http://www.pt.cision.com/s/?l=1917f1f8>

19/12/2018 às 14:23

O novo clube Fitness Hut ocupa 1050 metros quadrados. Abriu a 19 de dezembro.

É no número 210 da Rua 25 de Abril, mais concretamente no Centro Comercial Espaço Guimarães, que fica o mais recente ginásio Fitness Hut do País. Desde 19 de dezembro que pode utilizar os 1050 metros quadrados do clube para ficar em forma.

O 34.º espaço da cadeia low cost tem uma sala de ginásio com 450 metros quadrados, equipada com máquinas cardiovasculares, de resistência, musculação, treino funcional livre e combate. Neste espaço, há ainda uma pista de sprint.

A sala de ginásio tem 450 metros quadrados.

Tal como acontece nos restantes ginásios, os sócios do Fitness Hut Guimarães vão ter acesso a três estúdios para aulas acompanhadas de instrutores, bem como as virtuais. Um deles contém painéis de luzes cromáticas com um design vanguardista; há um estúdio dedicado ao spinning com projeções estimulantes; e outro que é aberto com relvado sintético.

É por estes três spots que vão estar espalhadas as aulas de grupo Les Mills (body combat, body balance, body step, body pump, body attack, CX work, Sh'Bam e RPM) e as exclusivas da cadeia (yoga moves, ABS moves, Dance Moves, Fit Moves ou Cross Moves), bem como Bum Bum Brasil e Spinning.

Para que não falte nada, o clube dispõe de 200 cacifos e 16 chuveiros por balneário. Também há wi-fi em todo o espaço para poder usar a app my HUT, e marcar aulas e consultas de nutrição, e a HUT Training, que junta mais de 1500 sugestões de exercícios.

O clube tem três estúdios.

"O espaço tem projeções dinâmicas por todo o ginásio e máquinas de vending", contam à NiT.

O novo ginásio de Guimarães tem, ainda, serviço de Personal Training e, porque a nutrição equivale a cerca de 70 por cento dos resultados que se pretende alcançar para a mudança de hábitos, dá o acesso a uma consulta de nutrição a cada dois meses (seis consultas ao ano) em clínicas parceiras.

Pode inscrever-se por 5,50EUR (horário limitado e sem compromisso), 6,60EUR (livre-trânsito e sem compromisso) ou 8,80EUR (livre-trânsito, acesso a aulas e sem compromisso).

tags:

abertura fit, fitness hut, fitness hut guimarães, ginásio, guimarães, novidade nit