

NORMAS DE FUNCIONAMENTO DA GLOW FIT PARTY:

- Não são permitidas entradas a partir das 22h00.
- Não é permitida a entrada e permanência a menores de 16 anos a partir das 17h30.
- Não é permitida recolha de imagens durante a festa.
- Não é permitido comer dentro dos ginásios, apenas nas áreas designadas para o efeito.
- Só é permitida entrada no recinto com calçado e roupa adequado à prática de exercício físico.
- Não é permitido fumar nem consumir de bebidas alcoólicas em NENHUMA ÁREA do recinto.
- Não serão toleradas acções que coloquem qualquer participante em risco de segurança, incluindo o próprio.
- Só é permitido entrar no recinto uma vez, não são permitidas reentradas.
- A organização do evento não se responsabiliza por qualquer acidente que venha a ocorrer com os participantes ANTES, DURANTE e APÓS o evento, sendo que todas as medidas serão tomadas para a segurança dos participantes.
- Não são permitidas devoluções de entradas adquiridas.
- No caso de não haver número mínimo de participantes na Kids Glow Party, a organização compromete-se a devolver o valor investido.

HERBALIFE: Receba uma avaliação de bem estar gratuita! Fique a saber a sua % de massa magra, % de massa gorda, gordura visceral, IMC, Idade Metabólica. Após a avaliação de bem estar o seu treinador irá ensiná-lo como obter melhores resultados!

SÁBADO 27 FEVEREIRO
GIMNODESPORTIVO DA ESCOLA
SECUNDÁRIA FREI HEITOR PINTO

GLOW FIT PARTY 2

- KIDS GLOW PARTY -

A PARTIR DAS 14:00 H

- WORKSHOP -

A PARTIR DAS 16:30 H

- MEGA-AULA DE POWERJUMP -

A PARTIR DAS 18:00 H

- GLOW FIT PARTII -

A PARTIR DAS 19:00 H

+ INFO

E-MAIL: GLOWFITPARTYUBIANA@GMAIL.COM
FACEBOOK: [HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/GLOWFITPARTY](https://www.facebook.com/GLOWFITPARTY)
EVENTO: [HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/EVENTS/563885123768349](https://www.facebook.com/events/563885123768349)
GLOWFIT-PARTY.COM

PULSEIRAS DE 4 CORES PARA AS DIFERENTES ATIVIDADES:

- KIDS GLOW PARTY - PULSEIRA AMARELA - 6 GLOW'S
- WORKSHOPS - PULSEIRA VERDE - 5 GLOW'S
- MEGA AULA DE POWERJUMP - PULSEIRA LARANJA - 5 GLOW'S
- GLOW FIT PARTII - PULSEIRA BRANCA* - 10 GLOW'S

*valor especial de 6 Glow's até dia 31 de Janeiro

PODES ENCONTRAR AS PULSEIRAS NOS GINÁSIOS PARCEIROS:

- AGUARDENALIA (Castelo Branco)
- VIVACTIVO (Fundão)
- NOVA ACADEMIA FITNESS E SPA (Covilhã)
- IN CORPORE SANO (Covilhã)
- STADIUS FITNESS CLUB (Guarda)
- ESCOLA SECUNDÁRIA FREI HEITOR PINTO*

*Para alunos da Escola

APOIOS



PROGRAMA DO EVENTO:

KIDS GLOW Party (pulseira amarela)

14H00 - Aberturas de portas

PARA AS CRIANÇAS:

14H00 - Pinturas, distribuição de Kits, jogos Glow

14h30 - Zumba Kids; Hip Hop Infantil; Kiz Kids (Kizomba para pais e filhos)

16h00 - “Onde as histórias se encontram”
Sessão de narração de histórias

PARÁ PAIS E ACOMPANHANTES:

14H30 - Conferência para pais/acompanhantes

15h30 - Surpresa

WORKSHOPS (pulseira verde):

16H30 (às 18h00) - Laboratório de Forró com BRUNO PRADO
Sala Glow

17H00 (às 18h30) - Laboratório de Hip Hop com FÁBIO JORGE
Ginásio 2

MEGA-AULA DE POWERJUMP (pulseira laranja)

18H00 - Levantamento de kits

18H45 - Aula de fitness em minitrampolins, em ambiente GLOW.
Vem exercitar-te e divertir-te ao mesmo tempo.
Instrutor- Filipe Ferreira

Glow Fitl Partil (pulseira branca)

19H00 - Abertura de portas
Distribuição de kits, bodypainting

SALA GLOW

20H30 - Dance Fusion Fit- Catarina Mendes e Rogério Franco

21H15 - Bokwa- Ricardo Morais

22H00 - Zumba Fitness - Catarina Fonseca, Ricardo Pinto,
Ângela Saraiva, Ana Segura

22H45 - Bodycombat - Filipe Ferreira e Aña Lucas

23H30 - Masterclasse de Kuduro - Fábio Jorge

BAR GLOW

20H30 - “Kiz Glow” - Dançando Kizomba com
Emílio Lukaah Lutchjka

22H30 - “Forró na Glow” com Bruno Prado



PARA MAIS INFORMAÇÕES:

E-mail: glowfitpartyubiana@gmail.com

Facebook: <https://www.facebook.com/glowfitparty>

Evento: <https://www.facebook.com/events/563885123768349>

Site: glowfit-party.com