

## CENTRO DESPORTIVO NACIONAL DO JAMOR

### COMPLEXO DE PISCINAS

#### PREÇÁRIO 2014/2015

#### INSCRIÇÕES

INSCRIÇÕES - RENOVAÇÃO.....	28,50 €
INSCRIÇÕES - RENOVAÇÃO A PARTIR DE MARÇO.....	17,00 €
INSCRIÇÕES - 1ª VEZ ÉPOCA COMPLETA - A PARTIR DE SETEMBRO.....	37,00 €
INSCRIÇÕES - 1ª VEZ ÉPOCA COMPLETA - A PARTIR DE MARÇO.....	18,00 €
CARTÃO DE UTENTE (2ª VIA).....	5,00 €

#### AULAS DE NATAÇÃO PURA (MENSALIDADES)

NATAÇÃO PURA 1 X SEMANA.....	23,00 €
NATAÇÃO PURA 2 X SEMANA.....	32,00 €
NATAÇÃO PURA 3 X SEMANA.....	38,20 €

<u>AULAS DE NATAÇÃO PARA BÉBÉS (SÁBADO OU DOMINGO) 1 X SEMANA.....</u>	28,00 €
--	---------

#### AULAS DE HIDROTERAPIA (MENSALIDADES)

NATAÇÃO ADAPTADA 1 X SEMANA.....	36,50 €
NATAÇÃO ADAPTADA 2 X SEMANA.....	42,50 €
REABILITAÇÃO 2 X SEMANA.....	36,50 €
EXERCÍCIO PRÉ-PARTO 2 X SEMANA.....	35,00 €
CORRECÇÃO POSTURAL 2 X SEMANA.....	35,00 €
RAQUIALGIAS 3 X SEMANA.....	40,50 €

#### AULAS DE HIDROGINÁSTICA (MENSALIDADES)

HIDROGINÁSTICA 1 X SEMANA.....	28,20 €
HIDROGINÁSTICA 2 X SEMANA.....	37,50 €
HIDROGINÁSTICA 3 X SEMANA.....	40,50 €

#### UTILIZAÇÃO LIVRE - UTENTES COM INSCRIÇÃO (90 MINUTOS COM UTILIZAÇÃO DE BALNEÁRIOS)

07:00 - 10:00; 12:00 - 14:00 E 17:00 - 22:00.....	2,75 €
10:00 - 12:00 E 14:00 - 17:00.....	2,00 €
08:00 - 18:00 (SÁBADOS).....	2,75 €
08:00 - 13:00 (DOMINGOS E FERIADOS).....	2,75 €

#### UTILIZAÇÃO LIVRE - UTENTES SEM INSCRIÇÃO (90 MINUTOS COM UTILIZAÇÃO DE BALNEÁRIOS)

07:00 - 22:00.....	6,20 €
--------------------	--------

#### SAUNA

DESPORTO FEDERADO.....	5,00 €
OUTROS UTENTES.....	7,00 €

#### **NOTAS:**

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO DA INSTALAÇÃO:  
2ª A 6ª - DAS 07H00 ÀS 22H00; SÁBADOS - DAS 08H00 ÀS 18H00; DOMINGO E FERIADOS - DAS 08H00 ÀS 13H00

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO DA SECRETARIA:  
2ª A 6ª - DAS 9H00 ÀS 17H30; SÁBADOS - DAS 9H00 ÀS 13H00  
(ENTRE OUTUBRO E JUNHO, NOS 8 PRIMEIROS DIAS, O HORÁRIO DA SECRETARIA PROLONGA-SE ATÉ ÀS 19H30)