

Sala de Exercício Preçário

Inscrições

Cartão	5,00 €
Inscrição 1ªvez	37,00 €
Inscrição 1ªvez - a partir de Março	18,00 €
Renovação de Inscrição	28,50 €
Renovação de Inscrição - a partir de Março	17,00 €

Sala de Exercício (mensal)

2x por semana - 7 às 17 h	29,90 €
2x por semana - 7 às 22 h	32,50 €
3x por semana – 7 às 17h	39,50 €
3x por semana – 7 às 22h	44,50 €
Livre-Trânsito – 7 às 17 h	42,90 €
Livre-Trânsito – 7 às 22 h	49,50 €
Pacote de 10 sessões das 7 às 22 h	40,00 €

Aulas de Grupo (mensal)

Aula de grupo – 1x por semana das 7 às 17 h	25,50 €
Aula de grupo – 1x por semana das 17 às 22 h	27,50 €
Aula de grupo – 2x por semana das 7 às 17 h	28,90 €
Aula de grupo – 2x por semana das 7 às 22 h	31,90 €
Aula de grupo – 3x por semana das 7 às 17 h	32,00 €
Aula de grupo – 3x por semana das 7 às 22 h	36,00 €
Bicicletas de <i>indoor</i> - 1x por semana das 7 às 17 h	25,50 €
Bicicletas de <i>indoor</i> - 1x por semana das 7 às 22 h	27,50 €
Bicicletas de <i>indoor</i> - 2x por semana das 7 às 17 h	28,90 €
Bicicletas de <i>indoor</i> - 2x por semana das 7 às 22 h	31,90 €
Bicicletas de <i>indoor</i> - 3x por semana das 7 às 17 h	32,00 €
Bicicletas de <i>indoor</i> - 3x por semana das 7 às 22 h	36,00 €
Ginásio Infantil dos 5 aos 8 anos – 2x por semana	19,50 €
Ginásio Infantil dos 8 aos 12 anos – 2x por semana	19,50 €
Actividades pré-desportivas – 1x por semana	26,50 €
Actividades pré-desportivas – 2x por semana	27,50 €
Actividades pré-desportivas – 3x por semana	28,50 €

Programas Especiais

Treino personalizado – 1 sessão	25,00 €
Treino personalizado – 10 sessões	210,00 €
Programa de controlo do peso (mês)	84,50 €
Programas especiais de exercício – 7 às 17 h (mensal)	39,50 €
Programas especiais de exercício – 7 às 22 h (mensal)	44,50 €
Programa de preparação para o nascimento – 8 sessões	70,00 €
Programa de férias desportivas (semanal)	100,00 €
Programa infantil de actividades lúdico-desportivas	29,50 €

Consultas

Consulta de avaliação da aptidão física	14,80 €
Consulta de avaliação da aptidão física – reavaliação	11,30 €
Consulta de nutrição	34,80 €
Consulta de nutrição - seguimento	29,80 €

Programas Combinados

Actividades Aquáticas Dirigidas + Sala de Exercício (50% de desconto no serviço da Sala de Exercício)

As actividades de cariz comercial serão objecto de taxas a aplicar caso a caso

Nota: Preços definidos por Despacho n.º 21 366/2009, de 17 de Setembro. Para informação adicional, consulte <http://dre.pt/pdf2sdip/2011/05/104000000/2324223258.pdf>

Nota: Preços definidos por Despacho n.º 21 366/2009, de 17 de Setembro. Para informação adicional, consulte <http://dre.pt/pdf2sdip/2009/09/185000000/3865738671.pdf>