

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

2x por semana - 7 às 17 h	29,90 €
2x por semana - 7 às 22 h	32,50 €
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

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 indoor - 1x por semana das 7 às 17 h	25,50 €
Bicicletas de indoor - 1x por semana das 7 às 22 h	27,50 €
Bicicletas de indoor - 2x por semana das 7 às 17 h	28,90 €
Bicicletas de indoor - 2x por semana das 7 às 22 h	31,90 €
Bicicletas de indoor - 3x por semana das 7 às 17 h	32,00 €
Bicicletas de indoor - 3x por semana das 7 às 22 h	36,00 €
Crianças dos 5 aos 8 anos – 1x por semana	23,90 €
Crianças dos 5 aos 8 anos – 2x por semana	25,90 €
Crianças dos 8 aos 12 anos – 1x por semana	24,90 €
Crianças dos 8 aos 12 anos – 2x por semana	26,90 €

Programas Especiais

Treino personalizado – 1 sessão	25,00 €
Treino personalizado – 10 sessões	210,00 €
Programa de controlo do peso	84,50 €
Programas especiais de exercício – 7 às 17 h	39,50 €
Programas especiais de exercício – 7 às 22 h	44,50 €
Programa de preparação para o nascimento – 8 sessões	70,00 €

Consultas

Consulta de avaliação da condição funcional	14,80 €
Consulta de avaliação da condição funcional – 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