

Bebés (6 meses aos 3 anos)

1x semana	31,50€	Sábado
		12:00/12:30

Classes de natação (3 anos aos 13 anos)

1x semana	30,00€	2ª a 6ª
2x semana	36,00€	17:15/18:00
3x semana	40,00€	(dos 3 aos 7 anos)
		18:00/18:45
		Sábado
		10:30/11:15
		11:15/12:00

Natação adultos (a partir dos 14 anos)

1x semana	30,00€	2ª, 4ª e 6ª
2x semana	36,00€	20:15/21:00
3x semana	40,00€	2ª a 6ª
		18:45/19:30
		Sábado
		9:45/10:30

Natação livre (a partir dos 14 anos)

10 senhas	36,00€	Duração
20 senhas	70,00€	de 45 minutos
30 senhas	99,00€	

Horário complementar

Natação Sénior (a partir dos 55 anos)

1x semana	22,00€	Sexta
		9:15/10:00

Natação Adpatada (todas as idades)

1x semana	73,00€
2x semana	105,00€
3x semana	140,00€

(Após consulta de Fisiatria)

Hidrogenástica (14 aos 65 anos)

1x semana	33,00€	2ª, 4ª e 6ª
2x semana	38,00€	19:30/20:15
3x semana	40,00€	3ª e 5ª
		13:15/14:00
		18:45/19:30

Hidrosénior (a partir dos 65 anos)

1x semana	17,15€	2ª a 6ª
2x semana	35,50€	8:30/9:15
3x semana	38,00€	3ª e 5ª
		9:15/10:00
		10:00/10:45
		3ª, 4ª, 5ª e 6ª
		15:15/16:00

Hidromassagem (a partir dos 14 anos)

6 senhas	15,00€
----------	--------

Reab. e Correção Postural (a partir dos 14 anos)

1x semana	33,00€	3ª e 5ª
2x semana	41,50€	10:45/11:30
(Após consulta de Fisiatria)		11:30/12:15
		12:15/13:00

Ginástica Sénior

1x semana	17,00€	Sexta
		9:30/10:00

Treino Cardiovascular (a partir dos 14 anos)

1x semana	15,00€	2ª e 4ª
2x semana	25,00€	18:00/18:45
3x semana	30,00€	3ª, 5ª e 6ª
		18:00/21:00

Pilates (a partir dos 14 anos)

1x semana	29,00€	2ª e 4ª
2x semana	35,00€	12:45/13:30
		2ª e 4ª
		20:15/21:00

Packs

1x Natação + 1x Ginásio	40€
1x Hidro + 1x Ginásio	42€
1x Natação + 1x Pilates	54€
1x Natação + 1x Hidro	58€

2x Natação + 1x Ginásio	46€
2x Hidro + 1x Ginásio	48€
2x Ginásio + 1x Hidro	53€
2x Hidro + 1x Pilates	60€
2x Ginásio + 2x Natação	56€
2x Hidro + 2x Pilates	68€

Descontos:

- 10% na 2ª modalidade
- 15% na 3ª modalidade + 10% na 2ª modalidade
- 15% no Ginásio (máquinas) caso tenha filho/a nas Classes de Natação
- 20% para família de 4 membros ou mais membros (a partir do 2º membro)
- Considera-se Modalidade todas as atividades em Piscina e Ginásio, excepto: Natação Livre e Hidromassagem
- Os packs não usufruem de descontos.