

**Bebés (6 meses aos 3 anos)**

1x semana	31,50€	<b>Sábado</b>
		12:00/12:30

**Classes de natação (3 anos aos 13 anos)**

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

**Natação adultos (a partir dos 14 anos)**

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

**Natação livre (a partir dos 14 anos)**

10 senhas	36,00€	<b>Duração</b>
20 senhas	70,00€	<b>de 45 minutos</b>
30 senhas	99,00€	

**Horário complementar****Natação Sénior (a partir dos 55 anos)**

1x semana	22,00€	<b>Sexta</b>
		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)

**Hidroginástica (14 aos 65 anos)**

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

**Hidrosénior (a partir dos 65 anos)**

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

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

1x semana	33,00€	<b>3ª e 5ª</b>
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€	<b>Sexta</b>
		9:30/10:00

**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.

**Treino Cardiovascular (a partir dos 14 anos)**

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

**Pilates (a partir dos 14 anos)**

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

**Packs**

<b>1x Natação + 1x Ginásio</b>	<b>40€</b>
<b>1x Hidro + 1x Ginásio</b>	<b>42€</b>
<b>1x Natação + 1x Pilates</b>	<b>54€</b>
<b>1x Natação + 1x Hidro</b>	<b>58€</b>

<b>2x Natação + 1x Ginásio</b>	<b>46€</b>
<b>2x Hidro + 1x Ginásio</b>	<b>48€</b>
<b>2x Ginásio + 1x Hidro</b>	<b>53€</b>
<b>2x Hidro + 1x Pilates</b>	<b>60€</b>
<b>2x Ginásio + 2x Natação</b>	<b>56€</b>
<b>2x Hidro + 2x Pilates</b>	<b>68€</b>