

**ATIVIDADE DESPORTIVA E SAÚDE E BEM-ESTAR**

ATIVIDADE	ESCALÃO ETÁRIO	LOCAL	HORÁRIO	MENSALIDADE 25/26		FILIAÇÃO	INSCRIÇÃO / RENOVAÇÃO		CALENDÁRIO	
				VALOR			INSCRIÇÃO	RENOVAÇÃO	INICIO	FIM
<b>ATIVIDADE DESPORTIVA</b>										
MINIGYM	3 e 4 anos	ESCOLA DA ARMADA	6ª Feira 18H15 às 19H00	14,00 €	13,00 €	NÃO	22,00 €	11,00 €	15/set	30/jun
GINÁSTICA ACRO FORMAÇÃO	5 aos 7 anos	ESCOLA DA ARMADA	2ª e 4ª Feira 18H15 às 19H15	1x - 21,40€ 2x - 28,90€	1x - 19,90€ 2x - 27,02€	NÃO	22,00 €	11,00 €	15/set	15/jul
GINÁSTICA ACRO* PRÉ-COMPETIÇÃO	a partir dos 8 anos	ESCOLA DA ARMADA	3ª, 5ª e 6ª Feira 18H30 às 20H30	40,30 €	37,54 €	SIM	< ou = 6 anos - 25,50€ 07 aos 09 anos - 44,50€ 10 aos 12 anos - 48,00€ > ou = 13 anos - 68,50€	< ou = 6 anos - 23,50€ 07 aos 09 anos - 42,50€ 10 aos 12 anos - 44,00€ > ou = 13 anos - 64,50€	01/set	31/jul
GINÁSTICA ACRO* COMPETIÇÃO BASE	a definir pela equipa técnica	ESCOLA DA ARMADA	2ª, 3ª e 5ª Feira 18H30 às 21H00 <u>Sábado</u> 10H30 às 13H00	48,50 €	45,30 €	SIM	< ou = 6 anos - 25,50€ 07 aos 09 anos - 44,50€ 10 aos 12 anos - 48,00€ > ou = 13 anos - 68,50€	< ou = 6 anos - 23,50€ 07 aos 09 anos - 42,50€ 10 aos 12 anos - 44,00€ > ou = 13 anos - 64,50€	01/set	31/jul
GINÁSTICA ACRO* COMPETIÇÃO 1ª E 2ª DIVISÃO	a definir pela equipa técnica	ESCOLA DA ARMADA	2ª a 6ª Feira 18H30 ÀS 21H <u>Sábado</u> 10H ÀS 13H	50,00 €	46,50 €	SIM	< ou = 6 anos - 25,50€ 07 aos 09 anos - 44,50€ 10 aos 12 anos - 48,00€ > ou = 13 anos - 68,50€	< ou = 6 anos - 23,50€ 07 aos 09 anos - 42,50€ 10 aos 12 anos - 44,00€ > ou = 13 anos - 64,50€	01/set	31/jul
GINÁSTICA RITMICA	> 4 anos	ESCOLA DA ARMADA	2ª e 4ª Feira 18h30 às 20h00	1x - 22,50 € 2x - 30,00 €	1x - 21,00 € 2x - 28,00 €	NÃO	< ou = 6 anos - 25,50€ 07 aos 09 anos - 44,50€ 10 aos 12 anos - 48,00€ > ou = 13 anos - 68,50€	< ou = 6 anos - 23,50€ 07 aos 09 anos - 42,50€ 10 aos 12 anos - 44,00€ > ou = 13 anos - 64,50€	15/set	30/jun
KENPO	a definir pela equipa técnica	EUTERPE SALÃO	3ª e 5ª Feira 19h00 às 20h30	32,30 €	30,04 €	SIM	5,00 €	3,00 €	01/set	15/jul
KENPO KEIKIS	> 6 anos	EUTERPE SALÃO	3ª e 5ª Feira 18h00 às 19h00	31,10 €	29,04 €	SIM	5,00 €	3,00 €	01/set	15/jul
TIRO COM ARCO	A partir dos 7 anos	PISCINA CIMPOR ES ALVES REDOL	4ª e 5ª Feira 19H00 às 21h00 <u>Sábado</u> 10h00 às 12h30 3ª e 6ª Feira (Esc. A) <u>Redol</u> 19h00 às 21h00	35,00 €	33,00 €	SIM	43,50 €	43,50 €	01/set	31/jul
MINIGYM	3 e 4 anos	ESCOLA ARISTIDES SOUSA MENDES PÓVOA	4ª feira 18h30 às 19h10	14,00 €	13,00 €	NÃO	22,00 €	11,00 €	15/set	30/jun
GPT 1 - DESCOBRIR	5 e 6 anos	ESCOLA ARISTIDES SOUSA MENDES PÓVOA	3ª e 5ª Feira 18H30 - 19H15	27,90 €	26,00 €	NÃO	22,00 €	11,00 €	15/set	30/jun

## ATIVIDADE DESPORTIVA E SAÚDE E BEM-ESTAR

ATIVIDADE	ESCALÃO ETÁRIO	LOCAL	HORÁRIO	MENSALIDADE 25/26		FILIAÇÃO	INSCRIÇÃO / RENOVAÇÃO		CALENDÁRIO	
				VALOR			INSCRIÇÃO	RENOVAÇÃO	INICIO	FIM
<b>GPT 2 - CONSTRUIR</b>	A partir dos 7 anos	ESCOLA ARISTIDES SOUSA MENDES PÓVOA	3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup> Feira 19H15 - 20H00	<b>27,90 €</b>	<b>26,00 €</b>	NÃO	<b>22,00 €</b>	<b>11,00 €</b>	<b>15/set</b>	<b>30/jun</b>

## ATIVIDADE DESPORTIVA E SAÚDE E BEM-ESTAR

ATIVIDADE	ESCALÃO ETÁRIO	LOCAL	HORÁRIO	MENSALIDADE 25/26		FILIAÇÃO	INSCRIÇÃO / RENOVAÇÃO		CALENDÁRIO		
				VALOR			INSCRIÇÃO	RENOVAÇÃO	INICIO	FIM	
<b>GPT Classe de Aperfeiçoamento</b>	a definir pela equipa técnica	ESCOLA SECUNDÁRIA DO FORTE DA CASA	2ª e 4ª Feira 18H30 às 19h30	30,00 €	28,00 €	NÃO	22,00 €	11,00 €	15/set	30/jun	
<b>GPT - PRÉ-REPRESENTAÇÃO* "ThaliasTeam"</b>	a definir pela equipa técnica	ESCOLA SECUNDÁRIA DO FORTE DA CASA	3ª e 6ª Feira 18H30 às 20h00	33,00 €	31,00 €	SIM	<= 6 anos - 25,00€ 07 aos 09 anos - 41,50€ 10 aos 49 anos - 45,00€	<= 6 anos - 23,00€ 07 aos 09 anos - 39,50€ 10 aos 49 anos - 41,00€	15/set	15/jul	
<b>GPT "EuterpeTeam"*</b>	a definir pela equipa técnica	<u>2ª e 4ª feira</u> ESCOLA ARISTIDES SOUSA MENDES <u>5ª feira</u> ESCOLA SECUNDÁRIA DO FORTE DA CASA	<u>2ª e 5ª Feira</u> 18h30 às 20h00 <u>4ª Feira</u> 19h15 às 20h30	35,00 €	32,50 €	SIM	<= 6 anos - 25,00€ 07 aos 09 anos - 41,50€ 10 aos 49 anos - 45,00€	<= 6 anos - 23,00€ 07 aos 09 anos - 39,50€ 10 aos 49 anos - 41,00€	15/set	15/jul	
<b>TEAMGYM</b>	A definir pela Equipa Técnica	<u>2ª e 4ª feira</u> ESCOLA FORTE DA CASA <u>6ª feira</u> ESCOLA ARISTIDES SOUSA MENDES	<u>2ª e 4ª Feira</u> 19H30 às 20h30 <u>6ª Feira</u> 18H30 às 20h00	35,00 €	32,50 €	SIM	< ou = 6 anos - 25,50€ 07 aos 09 anos - 44,50€ 10 aos 12 anos - 48,00€ > ou = 13 anos - 68,50€	< ou = 6 anos - 23,50€ 07 aos 09 anos - 42,50€ 10 aos 12 anos - 44,00€ > ou = 13 anos - 64,50€	15/set	15/jul	
<b>JUDO</b>	3 a 6 anos	ESCOLA D. MARTINHO PÓVOA	2ª e 4ª feira 18h30 às 19h15	1x - 27,00€ 2x - 37€		SIM	<a href="https://forms.office.com/e/S3anW3QDJQ">https://forms.office.com/e/S3anW3QDJQ</a>			08/set	30/jun
<b>JUDO</b>	7 a 12 anos	ESCOLA D. MARTINHO PÓVOA	2ª e 4ª feira 19h15 às 20h00	1x - 27,00€ 2x - 37€		SIM				08/set	30/jun
<b>SAÚDE E BEM ESTAR</b>											
<b>ZUMBA</b>	A partir dos 12 anos	SALA DE ESPELHOS	3ª e 5ª feira 20h15 às 21h15	26,00 €	24,44 €	NÃO	22,00 €	11,00 €	15/set	15/jul	
				Aula Avulso 4€			11,00 €	6,50 €	15/set	15/jul	
<b>YOGA</b>	A partir dos 12 anos	SALA 5	2ª e 4ª feira 20h00 às 21h00	1x - 18,50€ 2x - 26,00€	1x - 17,20€ 2x - 24,44€	Não	22,00 €	11,00 €	15/set	15/jul	
<b>HIP HOP</b>	> 5 anos	CURPIFA	2ª e 4ª feira 19h30 às 20h30	2x - 30,50€	2x - 29,50€	NÃO	22,00 €	11,00 €	15/set	15/jul	
<b>GINÁSTICA SÉNIOR</b>	> 50 anos	EUTERPE	2ª Feira 10h00 às 11h00 6ª Feira 9h30 às 10h30	1x - 14,00€ 2x - 19,20€	1x - 13,00€ 2x - 18,00€	NÃO	22,00 €	11,00 €	01/out	30/jun	