

## TABELAS DE PREÇOS

Valor de inscrição: **11,00 €**

## ATIVIDADES DESPORTIVAS

CATEGORIA	VALOR MENSAL — GERAL*	VALOR MENSAL — YOCA**
<b>A</b> Recenseados com mais de 55 anos Recenseados desempregados	13,50 €	9,00 €
<b>B</b> Recenseados com menos de 55 anos Menores de 18 anos Entidades com protocolo	18,50 €	12,00 €
<b>C</b> Não recenseados	30,50 €	20,00 €

\*Para cada atividade 2 vezes por semana / \*\* 1 vez por semana

## ATIVIDADES PARA OS MAIS NOVOS

<b>BABY GYM / GINÁSTICA 3-5 ANOS</b>	18,00 €
<b>BALLET / HIP-HOP / GINÁSTICA</b>	22,00 €
<b>JUDO</b>	25,00 €
<b>FUTSAL</b>	30,50 €

JUNTA DE FREGUESIA DE ESTRELA  
geral@jf-estrela.pt  
WWW.JF-ESTRELA.PT  
213 929 100  
dias úteis das 9h às 18h



2022/2023

# ACADEMIA ESTRELA



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
GINÁSTICA SÊNIOR	H1 09:15 - 10:00 / Salão Nobre	_____	H1 09:15 - 10:00 / Salão Nobre	_____	_____	_____
LOCALIZADA	_____	H2 09:30 - 10:15 / Ginásio 2	_____	H2 09:30 - 10:15 / Ginásio 2	_____	_____
ALONGAMENTOS	18:30 - 19:15 / Salão Nobre	_____	18:30 - 19:15 / Salão Nobre	_____	_____	_____
PILATES	H1 10:15 - 11:00 / Salão Nobre	_____	H1 10:15 - 11:00 / Salão Nobre	_____	_____	_____
	H4 11:15 - 12:00 / Salão Nobre	_____	H4 11:15 - 12:00 / Salão Nobre	_____	_____	_____
	_____	H3 18:40 - 19:25 / Salão Nobre	_____	H3 18:40 - 19:25 / Salão Nobre	_____	_____
TAI CHI	_____	18:30 - 19:30 / Ginásio 2	_____	18:30 - 19:30 / Ginásio 2	_____	_____
YOGA	_____	_____	_____	_____	_____	09:30 - 10:30 / Ginásio 2

### HIDROGINÁSTICA PISCINA MUNICIPAL DE CAMPO DE OURIQUE

HIDROGINÁSTICA	H1 11:45 - 12:30	_____	H1 11:45 - 12:30	_____	_____	_____
	H2 09:15 - 10:00	_____	_____	_____	H2 09:15 - 10:00	_____

### ATIVIDADES PARA OS MAIS NOVOS

HIP-HOP	_____	6-9 ANOS 17:40 - 18:25 / Ginásio 2	_____	6-9 ANOS 17:40 - 18:25 / Ginásio 2	_____	_____
GINÁSTICA	_____	_____	_____	_____	_____	3-5 ANOS 11:15 - 12:00 / Ginásio 4
	5-7 ANOS 17:45 - 18:30 / Ginásio 4	_____	5-7 ANOS 17:45 - 18:30 / Ginásio 2	_____	_____	_____
8-12 ANOS 18:30 - 19:30 / Ginásio 4	_____	8-12 ANOS 18:30 - 19:30 / Ginásio 2	_____	_____	_____	_____
BABY GYM	_____	_____	_____	_____	_____	6-18 meses 09:35 - 10:20 / Ginásio 4
	_____	_____	_____	_____	_____	19-36 meses 10:25 - 11:10 / Ginásio 4
FUTSAL	5-7 ANOS 17:45 - 18:45 / Nave Central	_____	5-7 ANOS 17:45 - 18:45 / Nave Central	_____	_____	_____
	_____	8-10 ANOS 18:00 - 19:00 / Nave Central	_____	_____	8-10 ANOS 18:00 - 19:00 / Nave Central	_____
BALLET	_____	_____	3-5 ANOS 16:45 - 17:30 / Salão Nobre	_____	3-5 ANOS 16:45 - 17:30 / Ginásio 2	_____
	_____	_____	6-9 ANOS 17:35 - 18:20 / Salão Nobre	_____	6-9 ANOS 17:35 - 18:20 / Ginásio 2	_____
JUDO	_____	4-6 ANOS 17:00 - 17:45 / Ginásio 4	_____	4-6 ANOS 17:00 - 17:45 / Ginásio 4	_____	_____
	_____	6-8 ANOS 17:45 - 18:30 / Ginásio 4	_____	6-8 ANOS 17:45 - 18:30 / Ginásio 4	_____	_____
	_____	8-10 ANOS 18:30 - 19:15 / Ginásio 4	_____	8-10 ANOS 18:30 - 19:15 / Ginásio 4	_____	_____

