

TABELAS DE PREÇOS

Valor de inscrição: **11,00 €**

ATIVIDADES DESPORTIVAS

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

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

ATIVIDADES PARA OS MAIS NOVOS

XADREZ 6-10 ANOS	15,00 €
BABY GYM / GINÁSTICA 3-5 ANOS	18,00 €
BALLET / GINÁSTICA / XADREZ 10-15 ANOS	22,00 €
JUDO	25,00 €
FUTSAL	30,50 €

INSCRIÇÕES NO ATENDIMENTO JFE – 2ª A 6ª FEIRA DAS 09H00 ÀS 16H30



INSCRIÇÕES ABERTAS

ACADEMIA ESTRELA

2023/2024



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
GINÁSTICA SÊNIOR	H1 09:15 - 10:00 / Ginásio 2		H1 09:15 - 10:00 / Ginásio 2			
		H2 09:30 - 10:15 / Ginásio 2		H2 09:30 - 10:15 / Ginásio 2		
LOCALIZADA		19:30 - 20:15 / Ginásio 2		19:30 - 20:15 / 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			
	H2 11:15 - 12:00 / Salão Nobre		H2 11:15 - 12:00 / Salão Nobre			
	H3 19:30 - 20:15 / Salão Nobre		H3 19:30 - 20:15 / Salão Nobre			
		H4 18:30 - 19:15 / Salão Nobre		H4 18:30 - 19:15 / Salão Nobre		
TAI CHI	18:15 - 19:15 / Ginásio 2		18:15 - 19:15 / Ginásio 2			
YOGA		H1 19:20 - 20:20 / Salão Nobre		H1 19:20 - 20:20 / Salão Nobre		
						H2 09:30 - 10:30 / Ginásio 2
ABDOMINAIS	19:20 - 20:05 / Ginásio 2				18:30 - 19:15 / Ginásio 2	
CROSS TRAINING			19:20 - 20:05 / Ginásio 2		19:20 - 20:05 / 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

XADREZ	6-10 ANOS 17:35 - 18:35 / Auditório					
	10-15 ANOS 18:35 - 20:05 / Auditório					
GINÁSTICA		5-7 ANOS 17:45 - 18:30 / Ginásio 2		5-7 ANOS 17:45 - 18:30 / Ginásio 2		3-5 ANOS 11:30 - 12:15 / Ginásio 4
		8-12 ANOS 18:30 - 19:30 / Ginásio 2		8-12 ANOS 18:30 - 19:30 / Ginásio 2		
BABY GYM						15 - 25 meses 10:00 - 10:45 / Ginásio 4
						26 - 36 meses 10:45 - 11:30 / Ginásio 4
FUTSAL	5-7 ANOS 17:45 - 18:45 / Nave Central		5-7 ANOS 17:45 - 18:45 / Nave Central			
		8-10 ANOS 17:45 - 18:45 / Nave Central			8-10 ANOS 17:45 - 18:45 / 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		

