

TABELAS DE PREÇOS

Valor de inscrição: 11,00 €

ATIVIDADES DESPORTIVAS

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

*Para atividades que funcionem 1x por semana // **Para atividades que funcionem 2x por semana

ATIVIDADES PARA OS MAIS NOVOS

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

INSCRIÇÕES NO ATENDIMENTO JFE – 2^a A 6^a FEIRA DAS 09H00 ÀS 17H00



I N S C R I Ç Õ E S A B E R T A S

ACADEMIA ESTRELA

2025/2026



INSCRIÇÕES DE 2^a A 6^a FEIRA:
- ATENDIMENTO JFE DAS 09H00 ÀS 17H00;



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
GINÁSTICA SÉNIOR	H1 09:15 - 10:00 / Ginásio 2	H2 09:30 - 10:15 / Ginásio 2	H1 09:15 - 10:00 / 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 NÍVEL 0 10:15 - 11:00 / Salão Nobre H2 NÍVEL 1 11:15 - 12:00 / Salão Nobre H3 NÍVEL 1 19:15 - 20:00 / Salão Nobre H8 NÍVEL 1 20:00 - 20:45 / Salão Nobre		H1 NÍVEL 0 10:15 - 11:00 / Salão Nobre H2 NÍVEL 1 11:15 - 12:00 / Salão Nobre H3 NÍVEL 1 19:15 - 20:00 / Salão Nobre H4 NÍVEL 1 17:45 - 18:30 / Salão Nobre H5 NÍVEL 1 18:35 - 19:20 / Salão Nobre	H4 NÍVEL 1 17:45 - 18:30 / Salão Nobre H8 NÍVEL 1 20:00 - 20:45 / Salão Nobre H5 NÍVEL 1 18:35 - 19:20 / Salão Nobre	H6 NÍVEL 0 17:45 - 18:30 / Salão Nobre H7 NÍVEL 0 18:35 - 19:20 / Salão Nobre	
CHIKUNG	17:30 - 18:15 / Ginásio 2		17:30 - 18:15 / Ginásio 2			
TAI CHI	18:15 - 19:15 / Ginásio 2		18:15 - 19:15 / Ginásio 2			
YOGA		H1 19:30 - 20:30 / Salão Nobre		H1 19:30 - 20:30 / Salão Nobre		
CROSS TRAINING			19:20 - 20:05 / Ginásio 2		19:20 - 20:05 / Ginásio 2	H2 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

XADREZ	17:35 - 19:05 / Auditório					
GINÁSTICA		5-7 ANOS 17:45 - 18:30 / Ginásio 2 8-12 ANOS 18:30 - 19:30 / Ginásio 2		5-7 ANOS 17:45 - 18:30 / Ginásio 2 8-12 ANOS 18:30 - 19:30 / Ginásio 2		3-5 ANOS 11:30 - 12:15 / Ginásio 4
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 8-10 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	
BALLET	3-4 ANOS 16:45 - 17:15 / Salão Nobre 4-5 ANOS 17:15 - 17:45 / Salão Nobre 6-9 ANOS 17:45 - 18:30 / Salão Nobre		3-4 ANOS 16:45 - 17:15 / Salão Nobre 4-5 ANOS 17:15 - 17:45 / Salão Nobre 6-9 ANOS 17:45 - 18:30 / Salão Nobre			
JUDO		4-6 ANOS 17:00 - 17:45 / Ginásio 4 6-8 ANOS 17:45 - 18:30 / Ginásio 4 8-10 ANOS 18:30 - 19:15 / Ginásio 4		4-6 ANOS 17:00 - 17:45 / Ginásio 4 6-8 ANOS 17:45 - 18:30 / Ginásio 4 8-10 ANOS 18:30 - 19:15 / Ginásio 4		