

TÉNIS

3ª e 5ª - 17h45//18h30

4ª e 6ª - 18h00//18h45

Dos 5 aos 14 anos - 2x p/ semana – 25,00€

Dos 15 aos 17 anos - 2x p/ semana - 29,50€

Dos 18 aos 25 anos - 2x p/ semana - 30,50€

A partir dos 26 anos - 2x p/ semana - 50,00€

KUNG-FU

3ª, 4ª ou 6ª - 21h00//22h00

2x p/ semana—25,00€

3x p/ semana—30,00€

KARATÉ

Pré-Infantil

3ª e 5ª - 18h00//18h45

2x por semana - 22,00€

Infantil

3ª e 5ª - 18h45//19h30

2x por semana - 22,00€

Adultos

3ª e 5ª - 19h30//21h00

6ª (selecção) - 19h15//20h30

2x por semana - 26,00€

JIU-JITSU

3ª e 5ª feira

-15 anos: 18h20//19h40

+ 16 anos: 19h40//21h00

2x por semana (-15 anos) // 26,00€

2x por semana (+ 16 anos) // 36,50€

GINÁSTICA ACROBÁTICA

Iniciação

4ª feira - 18h00//19h00

Sábado - 09h30//10h30

2x por semana - 22,00€

Competição

2ª feira - 18h00//20h30

4ª feira - 19h00//20h30

6ª feira - 18h00//19h30

Sábado - 10h30//13h00

3x por semana- 27,00€

X-DANCE

2ª feira e 6ª feira (20h30//21h30)

1x por semana- 15,00€

2x por semana- 20,00€

BALLET

3 anos aos 5 anos

2ª e 4ª feira (18h15//19h00)

2x por semana - 29,50€

6 anos aos 10 anos

2ª e 4ª feira (19h00//20h00)

2x por semana - 29,50€

LOCALIZADA/STEP

2ª e 4ª feira (20h15//21h15)

2x por semana - 27,00€

FUSION

Até aos 9 anos

6ª feira (18h00//18h45) 1x p/ semana - 23,00€

10 aos 16 anos

6ª feira - (18h45//19h30) 1x por semana - 23,00€

YOGA ADULTOS

4ª feira - 12h00 // 13h00

6ª feira -19h30 // 20h30

1x p/ semana - 18,00€

2x p/ semana 25,00€

YOGA BEBÉS

(3 meses aos 2 anos)

Sábados (10h00//10h45)

1x por semana - 25,00€

YOGA TEENS

(6 aos 12 anos)

Sábado (10h30 // 11h15)

1x por semana - 20,00€

MUSCULAÇÃO /CARDIO

Segunda a Sábado - 09h00//13h00
27,50€

Segunda a Sábado 09h00//13h00 +
Segunda a Sexta -16h00//22h00
33,50€

SPINNING

2ª /4ª das 19h30 às 20h30

Sexta feira das 18h30 às 19h30

3x por semana - 27,50€