



JUNTA DE FREGUESIA DE SÃO DOMINGOS DE BENFICA

ÉPOCA 2011 / 2012

ATIVIDADE	PROFESSOR	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	HORÁRIO	LOCAL
Ballet (4 - 7anos)	Isabel Merlini	x		x			18h às 18:50h	Casa N. Sr.ª Rosário
Ballet (8 - 12anos)	Isabel Merlini	x		x			19h às 19:50h	Casa N. Sr.ª Rosário
Judo	Mário Rosa		x		x		18:40h às 20h	Palco
Karaté Kenpo (infantil)	Vítor Lagarto		x		x		17:30h às 18:30h	Salão
Boxe	Daniel Duarte		x		x		20h às 21:30h	Salão
Dança Contemporânea	Isabel Merlini	x		x			20h às 21h	Casa N. Sr.ª Rosário
Capoeira	a designar						a designar	Palco
Cardio e Musculação	Hélder Leitão	x	x	x	x	x	08:30h às 14h	Ginásio
	Miguel João	x	x	x	x	x	16:30h às 21:30h	Ginásio
Cycling	Ricardo Castanheira	x		x		x	18:30h às 19:30h	Espaço Cardio 2
		x		x		x	19:30h às 20:30h	Espaço Cardio 2
G A P	Rui Falé		x		x		19:30h às 20:30h	Salão
Kick-Boxing e Muay Thai	Ricardo Oliveira	x		x		x	20h às 22h	Salão
Local Fitness	Rui Falé		x		x		18:30h às 19:30h	Salão
Manutenção Intensiva	Ana André	x		x		x	19h às 20h	Salão
Manutenção Sénior	Susana Correia	x		x		x	09h às 10h	Salão
		x		x		x	10h às 11h	Salão
		x		x		x	11h às 12h	Salão
Pilates	a designar						a designar	Salão
Tai Chi Chuan (iniciação)	José Carlos Santos	x		x			19h - 20h /20h - 21h	Escola Frei Luís Sousa
Tai Chi Chuan (intermédio)	José Carlos Santos	x		x			19h - 20h /20h - 21h	Escola Frei Luís Sousa
Tai Chi Chuan (avançado)	José Carlos Santos	x		x			19h - 20h /20h - 21h	Escola Frei Luís Sousa
Yoga	Ana Filipa Oliveira	x				x	18h às 19h	Salão

Inglês	Marina Eusébio	x			x		18:30h às 19:30h	Formação 1
Atelier Livre	Sofia d'Andrade	x	x				14h às 17h	Atelier

NO ACTO DA INSCRIÇÃO TRAZER FOTOCÓPIA DO BI E CARTÃO DE CONTRIBUINTE OU CARTÃO DE CIDADÃO OU OUTRO DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO (P/ESTRANGEIROS)

SÓ SERÁ FORMALIZADA A INSCRIÇÃO COM A ENTREGA DESTES DOCUMENTOS

PREÇARIO

ÉPOCA 2011 / 2012

MENSALIDADE	MÊS
1 ATIVIDADE	€ 27,50
2 ATIVIDADES	€ 32,50
LIVRE TRÂNSITO	€ 50,00

INSCRIÇÃO	ÉPOCA
NOVOS UTENTES	€ 15,00
NOVOS UTENTES COM AGREGADO FAMILIAR INSCRITO	€ 10,00
RENOVAÇÃO DA INSCRIÇÃO	€ 5,00

OUTROS	VALOR ÚNICO
SENHA (AULA AVULSO)	€ 3,50
2ª VIA DO CARTÃO DE UTENTE CCJR	€ 2,50
TAXA DO PAGAMENTO FORA DE PRAZO, APÓS O DIA 08	€ 3,50
TAXA DO PAGAMENTO FORA DE PRAZO, APÓS O DIA 16	€ 7,00

DESCONTOS	
IDADE IGUAL OU SUPERIOR A 60 ANOS	30%
SÓCIOS DOS CENTROS DE DIA DA FREGUESIA	25%
AGREGADO FAMILIAR	15%
CARTÃO JOVEM - CARTÃO ESTUDANTE - CARTÃO FREGUÊS	10%
PENSIONISTAS - REFORMADOS	10%