

ÉPOCA DESPORTIVA

2021/2022

*mais desporto
para todos!*

PISCINA
municipal
Portimão



RENOVAÇÕES E NOVAS INSCRIÇÕES

Diretamente na secretaria da piscina municipal de Portimão

(Horário de 2ª a 6ª feira: 9h00 - 12h00 e 16h00 - 20h00)

RENOVAÇÕES*

As renovações para a época seguinte podem ser realizadas nas últimas duas semanas de Junho e exclusivamente para os utentes que já frequentam as aulas.

DEVE APRESENTAR:

- Cartão da piscina
- Ficha de inscrição assinada
- Certificado COVID da EU (apenas para as aulas de grupo e utilização livre)
- Termo de responsabilidade COVID19 assinado
- Apresentação da nota de liquidação de IRS para atribuição de descontos

NOVAS INSCRIÇÕES

As inscrições para a época seguinte podem ser realizadas a partir de Julho, e no decorrer de toda a época caso existam vagas disponíveis nas turmas.

DEVE APRESENTAR /ENVIAR:

- Cartão de Cidadão
- Ficha de inscrição assinada
- Certificado COVID da EU (apenas para as aulas de grupo e utilização livre)
- Termo de responsabilidade COVID19 assinado
- Apresentação da nota de liquidação de IRS para atribuição de descontos

	PREÇÁRIOS / MENSALIDADES		
	INSCRIÇÃO ANUAL (inclui cartão e seguro) € 13,00		
	SEGURO DE ACOMPANHANTE € 5,00		
	1 x Semana	2 x Semana	3 x Semana
Todas as Atividades*	€ 20,00**	€ 30,00	€ 35,00
Bebés	€ 25,00	N/A	N/A
Natação livre - Cartão Mensal	€ 28,00 (60 minutos dia de segunda feira a sábado)		
Natação livre com inscrição***	Adultos € 3,00 / Crianças € 2,00		
Natação livre sem inscrição***	Adultos € 4,00 / Crianças € 3,00		

* Excepto bebés

** Aulas apenas ao sábado

*** Utilização de 60 minutos dia de segunda feira a sábado

INFORMAÇÕES / INSCRIÇÕES

Secretaria da piscina municipal de Portimão

Tel. 282 415 456 - Email info@portinado.com

RENOVAÇÕES E NOVAS INSCRIÇÕES

DESCONTOS (Não acumuláveis entre si)

10% Para pagamento anual da época desportiva

15% Pacotes multiclasse

20% Portadores do cartão jovem municipal e colaboradores do município de Portimão, do setor empresarial local e freguesias

25% Participantes no projeto Exercício & Saúde com idade igual ou superior a 65 anos

50% Titulares de rendimentos não superiores ao Rendimento Mensal mínimo garantido, mediante a apresentação da declaração fiscal de rendimentos.

Os filhos com idade até aos 12 anos dos colaboradores do Município e das Freguesias do concelho de Portimão, e do setor empresarial local.

80% Participantes no Projeto Exercício & Saúde que sejam portadores do Cartão Municipal Sénior.

DESCONTOS PARA AS FAMÍLIAS

(mediante entrega do comprovativo do Agregado Familiar e que tenham residência no Concelho de Portimão)

15% a cada um de dois elementos do mesmo agregado familiar

20% a cada um de três elementos do mesmo agregado familiar

30% a cada um a partir do quarto elemento do mesmos agregado familiar

Normas gerais de utilização dos equipamentos desportivos, em contexto de pandemia Covid-19, a ter em conta:

1. O uso dos balneários está restrito a 5 min antes e 5 min após cada aula, não havendo lugar ao habitual duche;
2. O uso de máscaras é obrigatório dentro da instalação (excetuando o período da aula);
3. Obrigatório a apresentação do Certificado Digital Covid da EU no ato de inscrição;
4. Para a utilização livre das piscinas é obrigatório a apresentação de Certificado Digital Covid da EU ou a realização de um teste negativo;
5. Os utentes das aulas de grupo que não tenham certificado Digital Covid da Eu são obrigados à apresentação de um teste rápido Negativo sempre que pretendam entrar na instalação.

OFERTA DESPORTIVA

Época 2021 - 2022

FITNESS AQUÁTICO						
HORAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
8h00 – 8h40	HIDROGINÁSTICA 1		HIDROGINÁSTICA 1		HIDROGINÁSTICA 1	
8h40 – 9h20		HIDROGINÁSTICA 2		HIDROGINÁSTICA 2		
9h20 – 10h00	HIDROGINÁSTICA 3		HIDROGINÁSTICA 3		HIDROGINÁSTICA 3	
19h40 – 20h20	HIDROGINÁSTICA 4		HIDROGINÁSTICA 4			

NATAÇÃO ADULTOS						
HORAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
7h40 – 8h20		MANUTENÇÃO 1		MANUTENÇÃO 1		
8h40 – 9h20	MANUTENÇÃO 2		MANUTENÇÃO 2		MANUTENÇÃO 2	
9h40 – 10h20		MANUTENÇÃO 3		MANUTENÇÃO 3		
19h40 – 20h20		MANUTENÇÃO B		MANUTENÇÃO B	MANUTENÇÃO C	
20h20 – 21h00	MANUTENÇÃO A		MANUTENÇÃO C	MANUTENÇÃO A		

NATAÇÃO JOVENS						
HORAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
16h20 – 17h00	JOVENS 1	JOVENS 2	JOVENS 1	JOVENS 2	JOVENS 1	
17h40 – 18h20		JOVENS 3		JOVENS 3		

NATAÇÃO TERAPEUTICA						
HORAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
8h00 – 8h40	TERAPEUTICA 4		TERAPEUTICA 4			
11h00 – 11h40	TERAPEUTICA 1	TERAPEUTICA 3	TERAPEUTICA 1	TERAPEUTICA 3		
12h00 – 12h40		TERAPEUTICA 2		TERAPEUTICA 2		

BEBÉS E TRANSIÇÃO (piscina infantil)

HORAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
9h45 - 10h15						BEBÉS 3
10h15 - 10h45						TRANSIÇÃO 3
10h45 - 11h15						BEBÉS 4
11h15 - 11h45						TRANSIÇÃO 4
17h30 - 18h00					TRANSIÇÃO 1	
18h00 - 18h30					BEBÉS 1	
18h30 - 19h00					TRANSIÇÃO 2	
19h00 - 19h30					BEBÉS 2	

NATAÇÃO INFANTIL (piscina pequena)

HORAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
17h30 - 18h00	NÍVEL 0 (A)	NÍVEL 1 (C)	NÍVEL 0 (A)	NÍVEL 1 (C)		
18h00 - 18h30	NÍVEL 1 (A)	NÍVEL 0 (C)	NÍVEL 1 (A)	NÍVEL 0 (C)		
18h30 - 19h00	NÍVEL 0 (B)	NÍVEL 1 (D)	NÍVEL 0 (B)	NÍVEL 1 (D)		
19h00 - 19h30	NÍVEL 1 (B)	NÍVEL 0 (D)	NÍVEL 1 (B)	NÍVEL 0 (D)		

ESCOLA NATAÇÃO

HORAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
17h00 - 17h40	NÍVEL 2 (E)	NÍVEL 3 (A)	NÍVEL 2 (E)	NÍVEL 3 (A)	NÍVEL 2 (C)	
	NÍVEL 3 (B)	NÍVEL 2 (A)	NÍVEL 3 (B)	NÍVEL 2 (A)		
		NÍVEL 4 (A)	NÍVEL 2 (C)	NÍVEL 4 (A)		
17h40 - 18h20	NÍVEL 3 (C)		NÍVEL 2 (F)	NÍVEL 3 (C)	NÍVEL 2 (F)	
	NÍVEL 2 (D)		NÍVEL 2 (D)		NÍVEL 4 (E)	
			NÍVEL 4 (E)			
18h20 - 19h00	NÍVEL 2 (G)	NÍVEL 3 (F)	NÍVEL 2 (G)	NÍVEL 3 (D)	NÍVEL 4 (D)	
	NÍVEL 4 (B)	NÍVEL 3 (D)	NÍVEL 4 (B)	NÍVEL 2 (B)	NÍVEL 3 (F)	
		NÍVEL 2 (B)	NÍVEL 4 (D)			
19h00 - 19h40	NÍVEL 2 (H)	NÍVEL 5 (B)	NÍVEL 2 (H)	NÍVEL 4 (C)	NÍVEL 5 (A)	
	NÍVEL 4 (C)	NÍVEL 2 (L)		NÍVEL 2 (L)	NÍVEL 3 (E)	
		NÍVEL 5 (A)		NÍVEL 5 (B)		
19h40 - 20h20	NÍVEL IV 2	NÍVEL 5 (C)		NÍVEL 5 (C)		
	NÍVEL II 3					