



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
MANHÃ	Ginástica 10:00 - 11:00	Pilates 9:30 - 10:15		Pilates 9:30 - 10:15	
	História da Mulher 10:30 - 12:00	Terapias e Massagens 10:30 - 11:30	História das Religiões 10:30 - 11:30	Ciências Esotéricas 10:00 - 11:30	
TARDE	Inglês Nível 2 14:00 - 15:30	Informática 1 11:45 - 13:00	Danças de Salão 10:20 - 11:50	Jogos Tradicionais 10:30 - 11:15	Descobrir o Porto 10:00 - 12:00
	Pelvifit 14:30 - 15:30	Treino de Força 14:30 - 15:30	Yoga 11:50 - 12:50	Encontros c/ a Literatura 11:30 - 12:30	Hidroterapia 11:20 - 12:20
TARDE	Artes e Expressão Artística 15h - 16h25	Músicas do Mundo 15:30 - 16:30	Francês 11:30 - 13:00	Taichi 11:30 - 12:30	
		Taichi 16:15 - 17:15	Inglês Nível 1 14:00 - 15:30	Inglês Nível 2 14:00 - 15:30	Treino de Força 14:30 - 15:30
		Informática 2 14:30 - 16:00			

Preço Unitário Disciplina G. 1:	12,50€	Cônjuges Associados ABFamiliar	G1 15€	G2 17,50€
Preço Unitário Disciplina G. 2:	15€	Associados outras Instituições	G1 17,50€	G2 20€

Joia de inscrição (inclui o seguro escolar): 10€ // Aquando da inscrição, será necessário o pagamento de uma caução de 10€ (que será descontada na mensalidade do mês de Julho, em caso de não desistência).