



NADAR > DÁ SAÚDE!

PISCINAS MUNICIPAIS PENICHE



**CORAÇÃO
MAIS SAUDÁVEL**



**MAIS MASSA
MUSCULAR**



**AJUDA
A ALIVIAR O STRESS**



**PESO
SAUDÁVEL**

**REDUZ O RISCO
DE CONTRAIR DIABETES**



**MELHORA A CAPACIDADE
DE RACIOCÍNIO**



**BENEFICIA
O SISTEMA RESPIRATÓRIO**



MELHORA A POSTURA



ALGUNS CUIDADOS A TER



**USAR
OS BALNEÁRIOS**



**PASSAR NO
CHUVEIRO**



**USAR
CHINELOS**



USAR TOUCA



**USAR
FATO/CALÇÕES
DE BANHO**



**USAR
AS ESCADAS**



**NÃO
MERGULHAR
SEM ASSISTÊNCIA**



**NÃO
CORRER**

INSCRIÇÃO - 18,00€

RENOVAÇÃO - 10,00€

ATIVIDADE	ESCALÕES ETÁRIOS	MODALIDADE DE PAGAMENTO	1 AULA SEMANAL	2 AULAS SEMANAIS	3 AULAS SEMANAIS	4 AULAS SEMANAIS
BEBÉS 30 minutos	6 - 48 meses	mensal	18,60€			
ESCOLA DE NATAÇÃO	4 - 17 anos	mensal	21,45€	26,40€	35,25€	44,00€
SENIORES REFORMADOS	> 60 anos	mensal	10,90€	12,90€	15,95€	21,25€
ADULTOS APRENDIZAGEM	> 18 anos	mensal	21,45€	27,45€	35,25€	44,00€
ADULTOS APERFEIÇOAMENTO	> 18 anos	mensal	24,70€	29,50€	38,20€	46,95€
HIDROGINÁSTICA	> 16 anos	mensal	24,70€	29,50€	38,20€	46,95€
HIDROTERAPIA		mensal	24,70€	29,50€	38,20€	46,95€
PASSE LIVRE		mensal	24,70€	29,50€	34,50€	38,20€
ADAPTAÇÃO MEIO AQUÁTICO	pessoas com +60% de incapacidade (todas as idades)	mensal	12,90€	14,95€	20,40€	25,70€
NATAÇÃO PURA						
HIDROGINÁSTICA						
HIDROTERAPIA						
NATAÇÃO LIVRE						
2ª a 6ª feira > 08h00 - 18h00	> 15 anos	carregamento de cartão (período de 85 min.)	2,05€			
2ª a 6ª feira > 18h00 - 21h30			2,55€			
sábado > 09h00 - 13h00			2,05€			

NOTAS

- > Descontos previstos para o agregado familiar: 1º elemento - 0%; 2º e 3º elementos - 25%; a partir do 4º elemento - 50%.
- > Consideram-se elementos do agregado familiar: o casal e os descendentes ou equivalentes que habitem a mesma residência.

PISCINAS MUNICIPAIS DE PENICHE

Avenida Paulo VI - 2520-642 Peniche

Telf.: 262 790 260 | E-mail: piscinas@cm-peniche.pt | www.cm-peniche.pt

Segunda a Sexta: 08h00 - 22h00 | Sábado: 08h30 - 13h30