

Centro Intergeneracional do Areeiro



Abertura de Inscrições dia 26 de agosto

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
9H00	Yoga - T1	Pilates - T3	Yoga - T4	Pilates - T3	Yoga - T4
10H00	Ginástica Localizada	Yoga - T3	Grupo Aprender, Brincar, Crescer	Yoga - T3	Ginástica Localizada
11H00	Ginástica Manutenção Sénior - T1	Aulas Pré-Parto e Pós-Parto		Aulas Pré-Parto e Pós-Parto	Ginástica Manutenção Sénior - T1
12H00		Ginástica Manutenção Sénior - T2		Ginástica Manutenção Sénior - T2	
13H00	Yoga - T2		Yoga - T2		
15H00	Clube de Tricot e Crochet	Desporto Jovem 5º ao 12º Ano			
16H00					
17H00					
18H00	Pilates - T1	Power Fit	Hip-Hop Kids - T1	Power Fit	Pilates - T1
19H00	Ballet Fit	Zumba	Hip-Hop Kids - T2	Zumba	Hip-Hop Kids - T2
20H00	Pilates - T2	Pilates - T4	Pilates - T2	Pilates - T4	
21H00		80's Club		80's Club	

Atividades limitadas ao número mínimo de participantes

Informações:

218 400 253 | cia@jf-areeiro.pt

Preços por Turma:

Turma com 1 aula/semana: 7,5€/mês
Turma com 2 aulas/semana: 15€/mês

Inscrições: www.jf-areeiro.pt

Balcão Virtual